IL MIO CAVALLO

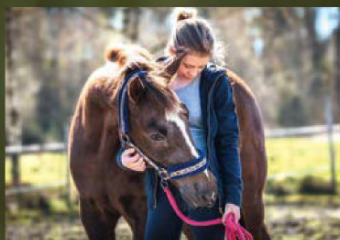
# IL MIO CAVALLO

ANNO 34
NUMERO 406
MAR/APR 2024
€ 5,90

NUOVA CARTA 100% ECOLOGICA

SPECIALE

SCUDERIA

**PRIMO SOCCORSO**
Tutto quello che serve

APPROFONDIMENTI

**MAGNETOTERAPIA**
Come agisce e quali sono gli effetti

IPPOVIE D'ITALIA

**TOSCANA**
A cavallo in Val d'Orcia

BENESSERE

**IL BRANCO**
Dinamiche di convivenza

VETERINARIA

**ENDURANCE**
Il giusto allenamento

LA LEGGE

**INFORTUNI**
Come gestirli durante le manifestazioni

## IL FIGLIO DEL VENTO

Purosangue Arabo: bello, versatile e dal sapore mediorientale

PREZZI ESTERI - CH Ticino CHF 12,10

BIMESTRALE
9 771121 318008 40406
P.I. 28-02-2024 - CONTO DEPOSITO

Sprea EDITORI

# SOMMARIO

n. 406 - Marzo/Aprile 2024

## IN PRIMO PIANO



## RUBRICHE



## EQUITAZIONE AMERICANA



## EQUITAZIONE INGLESE



## BENESSERE



## VITA DI SCUDERIA

## HANNO COLLABORATO

**Versatility Ranch & Stock Horse**

Il Versatility Ranch & Stock Horse promuove corsi di formazione per tutte le discipline della Monta Western.
**info@versatilityranch.com**

**Equestri**
**FEDERICO GATTI E JESSICA NOVELLI**

Equestri è la community di amazzoni e cavalieri che vogliono creare una connessione con la mente del cavallo e diventare il suo punto di riferimento in ogni situazione.
**www.equestri.it**

**WMH**
**MARCO BELLOTTI**

Il WMH è un metodo etologico basato sul codice di branco e l'utilizzo delle pressioni.
**mustang84.mb@gmail.com**

**Ippic**
**MASSIMO GARAVINI**

Istruttore Federale di III livello di Merito, Istruttore di Dressage, Tecnico Federale. Ippic (Istituti Professionali Per Il Cavallo) è una associazione che si occupa prevalentemente di formazione professionale, cercando e creando nuove opportunità in Italia e all'estero.
**www.ippic.it**

**Associazione Transappenninica**
**LEONARDO DORI**

Guida e allevatore di Purosangue Arabi da trekking ed endurance, L'Associazione Transappenninica organizza grandi viaggi a cavallo di gruppo attraverso l'Italia.
**leonardodori55@gmail.com**

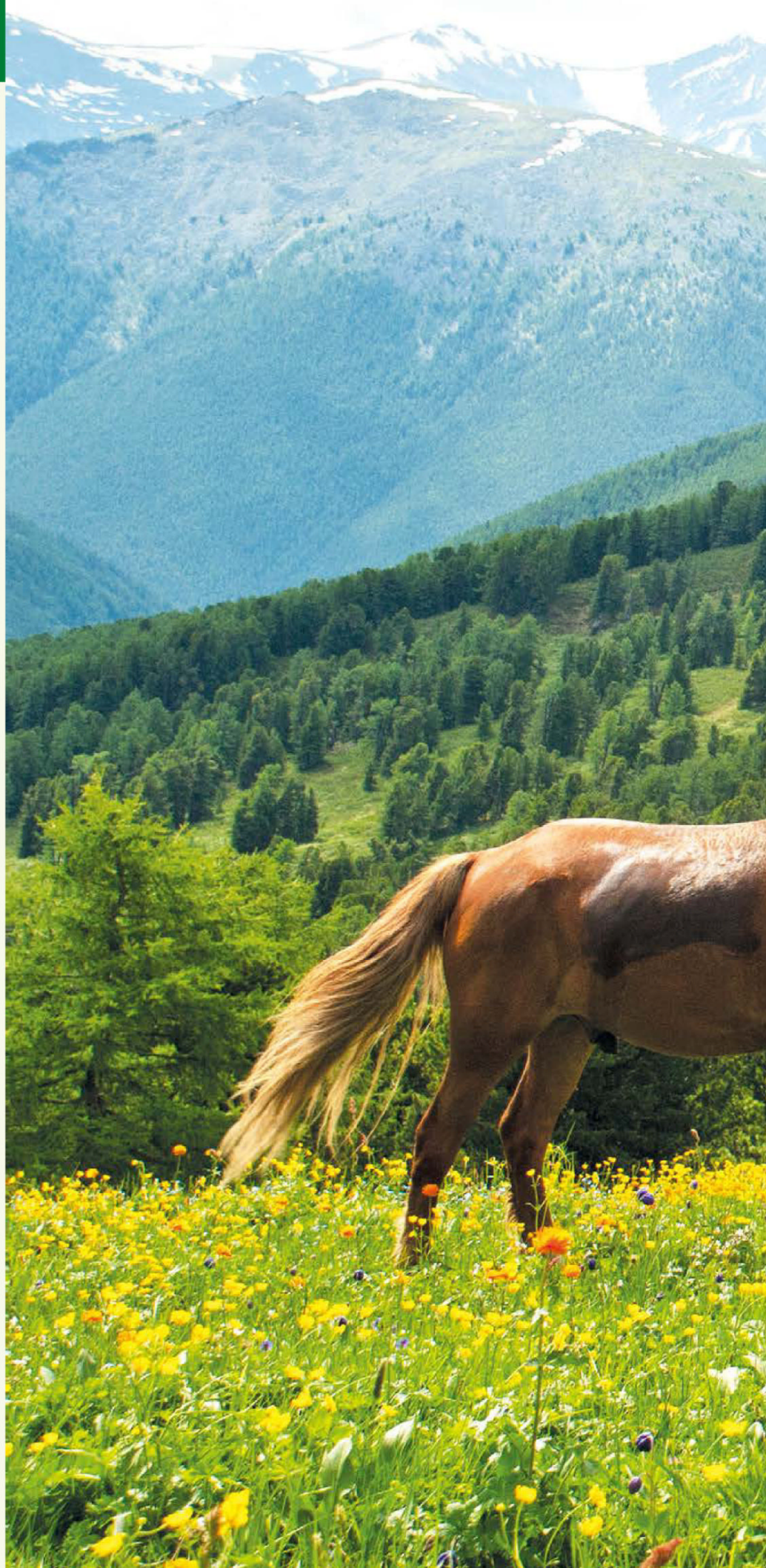
**E.n.g.e.a.**
**Ente Nazionale Guide Equestri Ambientali**

Opera nel mondo sportivo, sociale ed ambientale allo scopo di rendere l'equitazione uno sport fruibile a tutte le categorie sociali.
**www.cavalloecavalli.it**
**segreteria@sitogea.net**

**IL NOSTRO VETERINARIO**

**Dott.ssa EMANUELA VALLE**
Dip. Scienze Veterinarie
Università di Torino
**emanuela.valle@unito.it**

**IL NOSTRO LEGALE**

**Avv. GIULIO MUCELI**
Studio Legale Muceli Murreli
**studiolegalemucelimurreli@gmail.com**

In questo mese

# Cosa fare

## UN BEL CHECK UP

Con il cambio di stagione è una buona idea sottoporre il nostro amico a una visita di controllo generale. Con un accertamento, infatti, il veterinario può valutare lo stato di salute del cavallo e fornirci qualche consiglio sull'alimentazione e, eventualmente, qualche integratore per permettergli di affrontare al meglio le temperature in rialzo.

## PADDOCK IN BOLLA

Le giornate si allungano e il tempo migliora. Segnali che ci fanno capire che è arrivato il tempo di regalare al cavallo qualche ora extra al paddock. Assicuriamoci quindi che tutto sia in ordine: il prato curato, le capannine ben stabili, gli abbeveratoi puliti e le staccionate in sicurezza.

## PULIZIE DI PRIMAVERA

Complici le prime giornate di tiepido sole è ora di dedicarci alle grandi pulizie. Dunque igienizziamo box, corridoi, magazzini, sellerie e tutto il materiale che utilizziamo. Un ambiente pulito oltre a essere piacevole è salubre e permette di prevenire diverse malattie sia respiratorie sia dermatologiche.

## PELO NUOVO

In primavera i cavalli fanno la muta del pelo, perdendo quello invernale che cade per lasciare spazio alla meno folta pelliccia estiva, così da essere pronti a sfidare il caldo. Questa è anche la stagione ideale per lo sviluppo di problemi dermatologici tra cui dermatiti, funghi e micosi. Poniamo quindi molta attenzione alla condizione del mantello, quando lo puliamo assicuriamoci che sia lucido e uniforme.

DAL 15 AL 17 MARZO

# Infiorata a cavallo

La Cavalcata di San Giuseppe di Scicli, nella bella Sicilia, insieme alla festa della Madonna delle Milizie e al Gioia di Pasqua, è una delle feste di primavera che animano il comune ibleo tra marzo e maggio. Ogni anno, per celebrare San Giuseppe, si inscena la fuga in Egitto con una cavalcata che ha per protagonisti meravigliosi cavalli bardati. La festa di San Giuseppe è una speciale infiorata a cavallo che incuriosisce i visitatori e rimane molto amata dagli isolani. La preparazione della Cavalcata inizia mesi prima, quando i gruppi di bardatori iniziano a lavorare ai 'manti', le bardature che i cavalli porteranno durante la sfilata. L'unico fiore ammesso per la decorazione dei 'manti' è la violaciocca, 'u balucu' nel dialetto locale.

**INFO**
www.vivasicilia.com/festa-di-san-giuseppe-scicli

IL 30 E 31 MARZO

# Ride Boccadarno 2024

Gli ultimio giorni di marzo, presso il Country Club Boccadarno di Marina di Pisa, presenta il Ride Boccadarno, una gara internazionale di endurance dal menù particolarmente invitante. Sia la FISE (Federazione Italiana Sport Equestri) con il suo Dipartimento Endurance che il MASAF (Ministero dell'Agricoltura della Sovranità Alimentare e delle Foreste), saranno presenti all'evento sul quale puntano molto e credono fermamente. I cavalli correranno all'interno del Parco di San Rossore, gioiello affacciato sul mare, unico in Italia per dimensioni e per la location unica che caratterizza questo storico posto di cavalli.
Il Country Club Boccadarno è pronto ad accogliere nei suoi circa 220 box fissi, cavalli provenienti da varie regioni italiane e presumibilmente dall'estero per un evento nuovo e unico in una location d'elite.
Il centro si sviluppa su 55 ettari di cui 30 destinati a seminativo e 25 per attività di allevamento e centro ippico. Insomma, un'occasione da non perdere per gli amanti della disciplina e della vita all'aria aperta in una delle più belle zone d'Italia.

**INFO**
www.countryclubboccadarno.it

1° APRILE

# Pasquetta con gli Haflinger

Il lunedì di Pasqua, i bellissimi cavalli avelignesi dalle criniere bionde si contendono il titolo alla tradizionale gara di galoppo di Merano. La mattina, verso le 10.00, ha luogo la tradizionale sfilata di cavalli e cavalieri, che si snoda dal centro di Merano all'ippodromo. Nel pomeriggio, i cavalli gareggiano in varie discipline, divisi in gruppi di età e su una distanza di 1.600 metri. Tra i singoli round, intermezzi musicali, esibizioni di gruppi di danza e danzatori con le fruste formano un colorato programma di supporto. Alle 17.45 si tiene l'emozionante finale e quindi l'incoronazione dell'Avelignese più veloce. Dovete sapere che Norbert Rier, cantante dei celebri Kastelruther Spatzen, appassionato di cavalli e proprietario di avelignesi, partecipa regolarmente a questo evento.

**INFO**
www.haflinger.eu/it/news/appuntamenti/#month1

DAL 25 AL 28 APRILE

# Travagliato Cavalli

Travagliato, in provincia di Brescia, accoglie ogni l'anno l'evento per tutti gli appassionati di cavalli. Per l'occasione, dal 25 al 28 aprile, è previsto un programma molto ricco tra concorsi, gare ed esposizioni legate al mondo equestre. Saranno presenti più di 100 espositori, provenienti dall'Italia, ma anche da Francia, Spagna e Germania. La manifestazione ospita inoltre concorsi ippici e tanti altri incontri specifici con spettacoli di vario genere, per un'immersione totale nel mondo del cavallo. Ma Travagliato Cavalli vuol dire anche divertimento, shopping e buon cibo. Tante opportunità anche per i più piccoli, grazie a giochi, spettacoli e attività con animali.
Infine, l'evento prevede il grande Galà serale, seguito da un grande spettacolo di musica, luci e mongolfiere.

**INFO**
www.travagliatocavalli.com/

DAL 4 ALL'11 MAGGIO JEREZ DE LA FRONTERA, CADICE (ANDALUSIA)

# Fiera del cavallo di Jerez

La Fiera del Cavallo di Jerez costituisce una ghiotta opportunità per vedere dal vivo animali di pura razza spagnola, in un'atmosfera allegra e divertente. La nobiltà degli esemplari esposti nella Fiera, l'ha resa famosa nel mondo intero. Il nutrito calendario prevede anche concorsi e gare equestri, e le immancabili casetas (casette fieristiche) che si allestiscono presso il parco González de Hontoria, i cui viali e strade, durante questi giorni, sono addobbati con ghirlande e fiori.

Durante la settimana di feste, si svolgono attività di ogni tipo legate al mondo ippico, come concorsi internazionali di salto ostacoli, doma dei cavalli, mostre e aste. Tra cavalli, prodotti tipici e il calore iberico, quello andaluso è un evento da non perdere per gli appassionati.

**INFO**
www.turismojerez.com/en/event-detail/the-horse-fair

In libreria

## Il cavallo californiano Spade Bit

Il primo libro in Italia, edito Fabbrica dei Segni, che svela i segreti su come usare e addestrare un cavallo con l'uso dell'Hackamore e dello Spade Bit (antica, magica e raffinata arte di origini spagnole). Il libro conta più di 120 disegni (tutti assolutamente dell'autore e corredati di firma), che descrivono insieme al testo le varie fasi da seguire per far diventare un cavallo un vero Bridle Horse! Tantissime tavole tecniche ed esplicative che toccano argomenti come dare forma a un Bosal, fino a come realizzare i nodi del Mecate (corda di crini) e fra le varie descrizioni anche come è fatto un Santa Barbara Spade Bit (morso classico dei Vaqueros californiani). Insomma, un imperdibile testo per tutti gli appassionati di questa affascinante ed elegante monta: da leggere in casa per poi mettere in pratica in sella. Mino Spadacini, autore del volume, mette nero su bianco tutti gli insegnamenti da lui ricevuti nel suo periodo californiano a diretto contatto con gli ultimi Vaqueros e con i loro segreti tramandati di padre in figlio! Verba volant, scripta manent (le parole volano, gli scritti rimangono)! Ecco perché Mino Spadacini ha voluto mettere per iscritto tutto quello che il suo maestro George Rose (uno degli ultimi Vaqueros) gli aveva insegnato durante il suo trascorso californiano negli anni '70 passato a diretto contatto con lui e con il mondo del California Style. Sarebbe stato un peccato che tutti questi preziosi segreti fossero 'volant': spariti nel tempo. Inoltre non va sottovalutato il valore dei bellissimi 120 disegni: Mino Spadacini è un guru per la sua bravura artistica soprattutto nel mondo del tatuaggio.

Per maggiori informazioni o per acquistare il volume inquadra il qr code.

# La nuova formazione istruttori

**È ormai avviata la formazione istruttori tramite l'Accademia nata dalla collaborazione tra ACSI APS, Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI, dal CIP e Associazione di Promozione Sociale e Rete Associativa del Terzo Settore iscritta al RUNTS, e la nota "Equitazione in Armonia"**

Foto di Marco Bergonzi - Elena Bennati - Raffaella Signori

**Nello scorso numero vi abbiamo parlato del programma di studio per gli amatori, formazione che rappresenta il prerequisito necessario per accedere ai corsi istruttori, cioè il programma di Foundation; oggi entriamo nello specifico della parte riservata a chi vuole diventare insegnante di equitazione.**

Dopo il terzo livello di Foundation, il corsista avrà acquisito e dimostrato le competenze teoriche necessarie a garantire il benessere del cavallo nella vita di tutti i giorni, ma anche pratiche: da terra in libertà, alla corda e di tecnica equestre in sella. Lo scopo di questa parte del programma è quello di formare persone di cavalli, che abbiano le competenze tecniche, pratiche e culturali ben sviluppate prima di accedere alla formazione come istruttori. Ricordiamo che l'aspetto innovativo di questo percorso è anche, dove possibile, la formazione in Dad (didattica a distanza) grazie a un cospicuo materiale didattico. Il superamento degli esami di Foundation permette di accedere al corso per istruttore di equitazione di primo livello. Questo livello vuole dare le competenze pedagogiche per essere bravi insegnanti. Il primo passo da istruttore è cruciale, infatti, serve per potere procedere successivamente nelle specializzazioni delle varie discipline equestri di Dressage, Salto Ostacoli, Equitazione di Campagna e accompagnatore su lunghi viaggi. La formazione del primo livello è costituita da una parte di

MARTINA SAVIOZZI, ISTRUTTRICE PER L'EQUITAZIONE DI CAMPAGNA

**L'accademia vuole formare persone** di cavalli e istruttori competenti, tanto sul piano tecnico quanto su quello pedagogico.

**Si impara** a cavalcare con e senza redini!

ELENA CAPELLI, ISTRUTTRICE PER IL SALTO OSTACOLI

GIULIA GAIBAZZI, LAVORO IN PIANO CON KEEP ON SEARCH

studio da casa e da una pratica in presenza, specifica sull'insegnamento. Si trattano gli aspetti emotivi, motori e tecnici che si troverà a dover gestire il futuro istruttore, nonché ulteriori aspetti legati alla gestione dei cavalli da scuola e a quelli pratici/burocratici del centro ippico. Il completamento del percorso è dato dal superamento di un esame teorico, uno pratico riguardante la preparazione equestre del corsista stesso, una prova di pedagogia a un allievo sconosciuto e la presentazione del lavoro svolto con un allievo, appositamente preparato dall'aspirante istruttore per l'esame stesso. Per chi vuole ancora progredire, come cavaliere e come istruttore, il programma istruttori prevede altri due livelli di crescita. L'Accademia di Equitazione in Armonia di Acsi vuole formare istruttori competenti e sensibili, capaci di accompagnare persone e cavalli nel magnifico viaggio insieme che può essere l'equitazione, quando è insegnata con passione, amore e professionalità. ■

**Conseguito il primo livello** istruttore, è possibile specializzarsi nelle varie discipline, come il salto ostacoli, il dressage e l'equitazione di campagna.

**Allievi e istruttori** si allenano da terra, con il cavallo in libertà e alla corda, oltre che da sella.

Gli allievi si preparano in campo ma anche all'esterno.

Inquadra il QR Code

Per saperne di più:
www.equitazioneinarmonia.it - www.acsi.it - form.acsiequitazione@outlook.it

# Nasce il dipartimento 'Spettacoli e Arte Equestre Creativa'

**Le finalità del dipartimento sono la promozione, la divulgazione e il supporto a tutti i cavalieri che incentivano l'arte equestre sotto ogni forma e specialità attraverso l'equitazione**

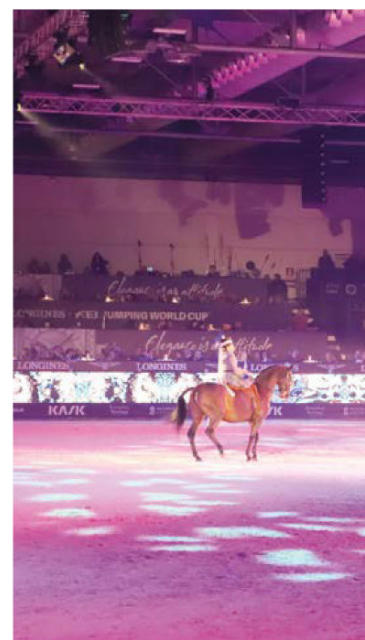
Testo di Tino Nicolosi

**L'arte ha una storia millenaria. Il suo intento è quello di dare vita alle emozioni dell'uomo mettendole in scena sotto forma di diverse forme per trasferire un messaggio.** Lo spettacolo ha una storia molto antica e la sua definizione si perde in centinaia di anni dove l'unione di diverse abilità artistiche si mescolano regalando una storia. I cavalli vengono in tempi più moderni inseriti nei circhi e negli spettacoli più strutturati e a loro completamente dedicati, diventando cosi, non solo un'attrazione, ma anche un ingrediente fondamentale per stupire e affascinare il sempre più ampio pubblico.

Negli anni gli operatori e tutte le figure tecniche che compongono questo settore, sia in Italia che all'estero, ne tramandano, da generazioni, i metodi e i segreti, rappresentandone una piccolissima cerchia ristretta; basta pensare alla storia del circo e di tantissime altre compagnie che nell'ultimo secolo hanno girato il mondo con le loro proposte artistiche. Negli spettacoli equestri il cavallo viene visto esibirsi con il suo cavaliere in figure di alta scuola o semplicemente in libertà. Quest'ultima tecnica è molto utilizzata negli ultimi anni dove viene apprezzata e ammirata la totale assenza di qualsiasi finimento e la fenomenale energia che si percepisce in queste esibizioni spettacolari.

## Qual è il futuro degli spettacoli equestri?

Sono la pura e sconfinata immaginazione dei professionisti del settore che, attraverso l'equitazione, regalano momenti di magia gli ingredienti che stanno facendo vivere al settore un momento storico di crescita. Ma è proprio su questa categoria che poniamo la nostra attenzione. Ad oggi, infatti, non esiste un titolo nè un percorso formativo che identifichi questi professionisti a livello sportivo. Vengono così a mancate le garanzie e le tutele per le loro attività ludiche, ricreative e culturali.

Oggi in Italia ci sono due eventi fieristici di

grande rilevanza per questo settore.
Ci troviamo a Travagliato Cavalli edizione 2023. Il pubblico silente sugli spalti. Parte una musica di violino e un amazzone elegantemente danza esibendosi in figure di alta scuola. L'amazzone prende la mano della violinista e l'accompagna fuori dal palcoscenico, come se musica, equitazione ed eleganza avessero danzato in un connubio di armonica magia.
Galà d'Oro di Fieracavalli edizione 2023. Oltre cinquemila spettatori, con gli sguardi attenti, si emozionano ed ammirano un'esplosione di bellezza e armonia, con amazzoni su cavalli esibirsi al galoppo e raffigurazioni di pittori e artisti che prendono vita attraverso la chiave di lettura della bellezza equestre. "Les Crinier D'or" edizione 2024 ci troviamo ad Avignone Francia, culla degli spettacoli equestri in Europa. Si accendono le luci ed il pubblico sugli spalti sorride in attesa dell'inizio. Ballerini, giocolieri e volteggiatori in un connubio armonico, costruiscono un'onda di emozioni dall'originalità e innovazione unica nel suo genere.
MISEC (mercato internazionale degli spettacoli equestri creativi) edizione 2024. Registi, organizzatori e manager tutti riuniti per assistere alle novità che il mercato propone. Teatro, Arte, Costumi ed abilità si mischiano con l'obbiettivo di creare qualcosa di unico ed innovativo.
Nasce proprio dal MISEC la visione di creare il dipartimento ENGEA, che dia l'opportunità di traferire queste competenze agli artisti del futuro, attraverso maestri e istruttori che possano avvicinare i cavalieri a questo magico mondo dello spettacolo equestre. Il numero più apprezzato del MISEC è stato proprio un numero italiano e questo fa onore allo sforzo, alla passione, al cuore di istruttori che credono fermamente che l'equitazione sia anche questo e cioè emozionare, stupire, affascinare.
Le finalità del dipartimento sono la promozione, divulgazione e supporto di tutti i cavalieri che credono nell'arte equestre sotto ogni forma e specialità attraverso l'equitazione. Il dipartimento ha l'obbiettivo di divulgare la storia, la cultura e la diffusione di nuove metodologie applicate agli spettacoli equestri ed eventi che ne promuovono i valori stessi nelle varie discipline. Sono state individuate le figure professionali dal grande spessore artistico e tecnico che possono formare e avviare la preparazione e la conoscenza di questo mondo mai valorizzato ne dato il giusto rilievo a livello nazionale italiano.

## Che significa Spettacolo equestre?

Un artista si prepara a qualcosa di unico e irripetibile ad ogni esibizione. Si prepara a quella sensazione di fallibilità e di eccitazione, dove, cosciente di poter sbagliare, è pronto ad accettare il successo con gli applausi o la sconfitta e con il silenzio sugli spalti. Dalla regia avvisano "Due minuti al numero successivo" senti il tuo nome e dopo di te il nome successivo. Si aprono le porte, le luci quasi ti accecano e la musica parte. Anche se non vedi i volti, sai che ti guardano migliaia di persone, che si aspettano qualcosa da te. La differenza tra un professionista e chi non lo è, risiede in quella frazione di secondi che ti interpone tra quello che hai da dire, attraverso la tua arte, o quello che sei realmente e cioè un artista. Decide il pubblico non tu. Se hai lavorato assiduamente alla ricerca della perfezione, se hai studiato ogni minimo movimento ed allenato, lo stesso, ogni giorno può rappresentare seriamente la strada da percorrere. Vi aspettiamo al nuovo dipartimento ENGEA per, ancora una volta, stupirVi con i vantaggi e idee per l'intero comparto. ■

**CURIOSITÀ**
L'idea nasce dall'esperienza vissuta in prima persona da Tino Nicolosi (amministratore ENGEA) seguendo tutte le esibizioni della violinista Dafne Apollonio a "Travagliato Cavalli", "Galà D'oro" di Fieracavalli e successivamente ospite a "Les Crinier D'Or" e "MISEC" in Francia.

# FIGLIO DEL DESERTO

**Si pensa che il cavallo Arabo abbia origine nei deserti della Penisola Araba, abitati da popolazioni nomadi di beduini, dove solo gli animali più resistenti riuscirono a sopravvivere. Fu proprio la dura selezione naturale a generare, tra miti e leggende, qualcosa di straordinario**

# C'è sempre una prima volta

**Ci siamo allenati tanto, ci abbiamo pensato e ripensato e finalmente è arrivato il giorno del debutto. Ecco alcuni consigli per gestirlo al meglio**

**Non siamo più dei novellini, del resto abbiamo deciso che è tempo di andare in gara, per cui siamo pronti e, con noi, lo è anche il nostro cavallo.**
Abbiamo provato e riprovato tutte le manovre e ci riescono al meglio, il movimento è fluido, il cavallo ci ascolta, il binomio è affiatato. Eppure l'esperienza nuova può creare un po' di tensione e, lo sappiamo bene, se noi siamo preoccupati lo sarà anche il nostro cavallo e, ben che vada, perderemo in armonia. Cerchiamo dunque di seguire alcuni consigli per non farci prendere dall'ansia da gara e, anzi, affrontare questa bella esperienza nel migliore dei modi.

## Pattern a memoria

Nella maggior parte delle gare di reining i Pattern di gara vengono pubblicati con largo anticipo. Questo ci dà la possibilità di memorizzare il Pattern che andremo poi a eseguire in gara. Attenzione però, memorizzarlo significa impararlo e figurarlo nella propria mente, non provarlo ripetutamente. Con troppe ripetizioni, infatti, il rischio che il cavallo ci anticipi è altissimo. Proviamo invece i singoli esercizi, oppure proviamolo al contrario, insomma cerchiamo di essere ben sicuri circa il da farsi, riuscendo sempre a sorprendere il cavallo. Nelle settimane precedenti alla competizione, ogni volta che ci è possibile, cerchiamo di visualizzare,

**Le prime gare** non si scordano mai! Affrontiamole con lo spirito giusto: concentrazione, desiderio di fare bene e di divertirci con i nostri cavalli.

quindi di immaginare con precisione noi stessi nell'arena così da poter prendere punti di riferimento precisi, riuscendo così a capire quando, dove e come dare il comando giusto.

## Familiarizzazione

Possiamo farlo, quindi sfruttiamo il tempo che abbiamo prima dell'inizio del nostro Go. Rendiamo al nostro amico a quattro gambe e a noi stessi il più possibile familiare l'arena di gara, prima di partire assicuriamoci che il nostro cavallo si senta a suo agio.
Se ci sono oggetti che potrebbero spaventare il cavallo, come cartelloni o il fotografo o, per esempio, la sedia del giudice, cerchiamo di farglieli vedere, farlo avvicinare e tranquillizzarlo. Controlliamo bene lo schedule, ovvero il programma del giorno per avere il tempo giusto per galoppare nell'arena di gara senza che ci siano le sessioni di pay time (penalità sul tempo) o lunghe sessioni di Stop (come da semaforo) che potrebbero impedirci di fare tutta la routine in tempo. Quando sarà possibile o previsto dal semaforo presente in campo, proviamo qualche manovra, per esempio lo stop, così che il cavallo non rimanga sorpreso da una diversa consistenza del fondo rispetto all'arena di casa.

## Contiamo gli spin!

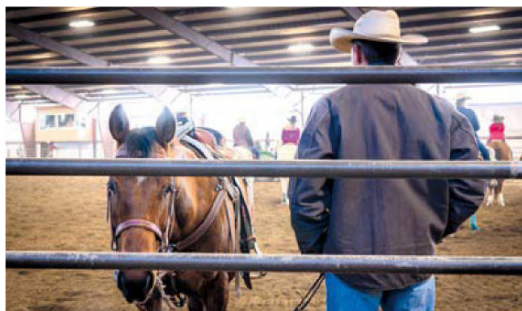
Può sembrare banale ma una delle cause principali di uno 'zero' per i neofiti delle gare di reining... ma non solo, è quello di eseguire un numero sbagliato di spin.
Soprattutto se abbiamo qualche difficoltà durante l'avvio di spin è molto facile perdere l'orientamento e dimenticarsi di avere già eseguito il primo giro. Prendiamo come abitudine quella di contare gli spin, ovviamente anche anche a casa. In allenamento è meglio non eseguirne proprio 4 come è invece richiesto nello show, sempre per evitare che il cavallo ci anticipi. Tuttavia, anche se faremo 5, 6 o 7

**Tra gli errori più comuni** in gara c'è quello di sbagliare il numero degli spin, che devono essere 4. Impariamo a contarli.

### LA GIUSTA VELOCITÀ

Quando ci esercitiamo a visualizzare la gara, calcoliamo anche quale sia la corretta velocità per affrontare al meglio il Pattern senza sorprendere il cavallo o fargli richieste repentine e poco chiare. Un buon allenamento è la chiave di una gara vincente.

**Assicuriamoci** che sia tutto a posto: prima di partire stiliamo una lista per non dimenticare nulla per noi o il cavallo.

**Gli show sono un momento particolare** nella vita di un atleta, non andiamo soli, la presenza di un amico e dell'istruttore è fondamentale per sostenerci.

**Una volta scesi in arena** cerchiamo di mantenere la concentrazione. Restiamo calmi, respiriamo e godiamoci la gara.

### IL CENTRO

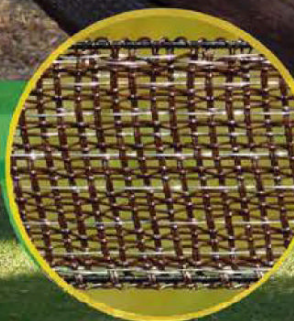
In ambito di show avere dei punti di riferimento è davvero importante. Uno su tutti il centro dell'arena. In quel punto preciso succedono un sacco di cose: gli spin, i cambi, i passaggi durante i cerchi. Passare un metro o più distanti dal centro significa annotare un bel meno-mezzo sugli score cards. Dobbiamo avere ben chiaro dove è il centro dell'arena e puntarlo già mentre affrontiamo l'ultima curva per evitare di perdere punti inutilmente.

spin, accertiamoci di sapere quanti sono e di pianificare dove fermarci. Ci sono diversi sistemi di conteggio degli spin. Uno dei più semplici è quello di contare quando si passa dal centro o comunque ogni volta che si termina un giro, quindi di fronte al giudice.
Oppure c'è l' "Uno-due-tre-Whoa". Attenzione però, contare anche il 'quattro' (invece che dire Whoa) è spesso il motivo per cui alla fine si fanno 5 spin! In ultimo rimane l''aiuto dal pubblico', possiamo chiedere ad un amico o al nostro istruttore che si trova a bordo arena di 'chiamarci il tre' ovvero di avvertirci al termine del terzo spin, così da avere il tempo di fermarci completato il giro successivo.

## Un buon riscaldamento

Non esiste una regola universale perché ogni cavallo è diverso, ma non solo, anche ogni gara è diversa: cambiano le condizioni climatiche, cambia la location, cambia l'ambiente circostante. Quindi non esiste un vero e proprio riscaldamento adatto valido per ogni cavallo. Tuttavia ci sono alcune regole generali che possiamo seguire.
Montiamo in sella per tempo così da poter rilassare il nostro cavallo al passo, proseguiamo poi con un riscaldamento soft per poi arrivare a provare quelle manovre più ostiche per noi o per il nostro amico. Siamo alle prime esperienze di gara, cerchiamo di immagazzinare le sensazioni.
Esiste, infatti, un momento preciso in cui il cavallo è pronto a dare il meglio di sé in arena. Lo si capisce dallo sguardo, dal respiro, dalla scioltezza e dalla prontezza di risposta. Cerchiamo di individuare quel momento per 'sfruttarlo' ad ogni competizione.

## Un bel respiro e... Go!

Sono tutti consigli di cui dovremmo fare tesoro ma ne esiste un altro, forse il più importante di tutti: divertiamoci! Andiamo ad uno show per mettere in pratica tutto l'allenamento che abbiamo fatto a casa, e, ovviamente, quando partecipiamo a una competizione, il desiderio di vincere non può mancare, tuttavia la vera vittoria sarà sempre quella di migliorare noi stessi come binomio, non battere gli altri. Quindi prepariamoci per una bella giornata in compagnia del nostro cavallo e della nostra passione. ■

Un pattern di reining è composto, principalmente, da cerchi; è dunque fondamentale imparare ad affrontarli al meglio

# Come una 'o' con il bicchiere

**La monta western, lo sappiamo, porta in arena quello che era, ed è, il lavoro dei cowboy nei ranch, alle prese, ad esempio, con il lavoro con il bestiame.** Va da sé che una figura circolare sia fondamentale per poter badare ad una mandria che va spostata da un campo all'altro, ad esempio. Queste figure sono state riprese, riviste e rivisitate sino a dare alla luce la moderna equitazione americana, in particolare, il reining, specialità nella quale eseguire fluidi cerchi, solitamente al galoppo, risulta basilare. In un pattern, ovvero in un percorso di gara, di norma si devono eseguire, in modo simmetrico alle due mani, cerchi grandi al galoppo sostenuto, e cerchi piccoli al galoppo lento. L'ideale, per la buona riuscita di un pattern, è che il cavaliere utilizzi gli aiuti (peso, mani e gambe) in modo impercettibile, così che il movimento del binomio risulti un tutt'uno. Vediamo come impostare questi esercizi per ottenere il miglior risultato.

**Lento non significa spento.** Un buon galoppo raccolto prevede che il cavallo spinga dai posteriori sollevando la schiena. Dobbiamo ottenere un galoppo non veloce ma intenso.

## GLI AIUTI NEL CERCHIO

AZIONE GAMBA ESTERNA

REDINE INTERNA D'APERTURA

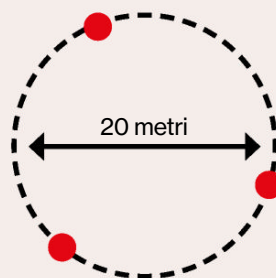
REDINE ESTERNA D'APPOGGIO

## NON DOBBIAMO ESAGERARE

Il benessere del cavallo è la nostra priorità. Rispettiamo i suoi tempi dividendo il lavoro in più sessioni senza esagerare nelle ripetizioni.

## TRANSIZIONI AL MILLIMETRO

Per eseguire delle transizioni dal galoppo veloce al galoppo raccolto in modo preciso possiamo aiutarci ponendo sul diametro del nostro circolo tre punti di riferimento, possiamo per esempio usare tre coni.

All'altezza di ognuno dei coni chiederemo al cavallo di aumentare o diminuire l'andatura. In questo modo le transizioni saranno precise e riusciremo a lavorare con il cavallo in leggerezza e armonia.

**Ripetendo gli esercizi** non possiamo che migliorare. La nostra priorità, però, è il benessere del cavallo, suddividiamo quindi il lavoro in più sessioni.

**Un cerchio, prima di tutto**, deve essere rotondo. Concentriamoci per montare questo esercizio facendo due 'pance' identiche. Scegliamo il diametro del nostro circolo e rispettiamolo usando punti di riferimento.

## Precisione, prima di tutto!

Per prima cosa assicuriamoci di disegnare dei circoli rotondi. Un cerchio perfetto è già un punto di partenza ottimale per un buon lavoro. Il cerchio è tondo, due mezze lune perfette. Sembra un gioco da ragazzi, ma non lo è, partiamo quindi da qui. Prima di montare in sella, quindi, disegniamo, all'interno dell'arena, un cerchio tondo tondo. Ci servono: una longe, un rastrello, e un amico gentile. Chiediamo al nostro aiutante, fulcro del cerchio, di tenere un'estremità della longe, allontaniamoci di tutta la sua lunghezza, tenendo l'altra estremità, e con il rastrello disegniamo un cerchio perfetto intorno al nostro amico. Facciamo in modo che il diametro non sia inferiore ai 18/20 metri. Questa sarà la base del lavoro. A questo punto possiamo prendere il nostro cavallo, montare in sella e, dopo un adeguato riscaldamento, iniziare il lavoro mirato alla precisione.

## Lavoro graduale

È vero che un pattern di reining richiede cerchi al galoppo, ma è importante non avere fretta, questa ultima, infatti, è spesso nemica della precisione. Iniziamo quindi a ricalcare il cerchio che abbiamo disegnato al passo. Possiamo concentrarci sulla nostra posizione. Innanzitutto

**Per eseguire al meglio** il cerchio, la testa del cavallo deve essere rivolta leggermente all'interno e il rachide deve assumere la stessa curvatura.

**I cerchi si distinguono** per tipologia, possono essere grandi al galoppo veloce o piccoli al galoppo lento e devono risultare il più possibile rotondi.

### IN AVANTI!

Per riuscire ad eseguire un buon cerchio al galoppo il segreto è nell'impulso. Il movimento del cavallo parte dai posteriori, fornisce una spinta alla schiena e arriva, infine, alla bocca, attraverso un'incollatura morbida e un movimento sinuoso. Ricordiamoci sempre di montare in avanti, sono il peso e le gambe a far avanzare il cavallo, non le mani.

guardiamo nella direzione verso la quale vogliamo girare, quindi al centro del circolo, dove c'è il nostro aiutante, quindi stacchiamo dal fianco la gamba interna e apriamo leggermente la mano interna così che la redine diventi di apertura. Sul lato opposto al movimento, appoggiamo poi la redine sul collo del cavallo, così che funga da redine di appoggio. Facciamo attenzione a non tenderla. La gamba esterna si appoggia al costato imprimendo una lieve pressione. In questo modo il cavallo impara a girare in maniera corretta. Facciamolo quattro volte a mano destra e quattro a mano sinistra prima di ripetere lo stesso lavoro al trotto.

## Al galoppo

Dopo aver lavorato con precisione alle altre due andature, possiamo iniziare a galoppare. Lo schema degli aiuti da utilizzare non cambia una volta partiti al galoppo utilizzando la gamba esterna. Iniziamo da un cerchio di ampio raggio per poi stringerlo gradualmente. Prima di pensare di stringere il cerchio, tuttavia, è nostro interesse curare il galoppo dapprima perché sia fluido, poi per riuscire a gestire l'esercizio sia ad un'andatura sostenuta (ai fini del pattern per i cerchi grandi), sia a un'andatura lenta (per quelli più stretti).

## Transizioni

Siamo quindi al galoppo all'interno del nostro grande cerchio. Quello che possiamo fare per migliorare l'andatura, renderla più fluida e per far sì che il cavallo risulti più attendo ai nostri segnali, è eseguire delle transizioni sempre all'interno della stessa andatura.
Aumentiamo quindi il galoppo avanzando leggermente con le nostre spalle e le nostre mani e creando una leggera pressione sul costato con la gamba esterna. Per rallentare, invece, arretriamo con le spalle, portiamo leggermente avanti le gambe e posizioniamo le mani all'altezza del pomolo, facendo attenzione a non tirare. Ricordiamoci sempre di lavorare in modo simmetrico alle due mani.
Anche in questo caso quattro circoli per mano potrebbero bastare. È importante allenarsi e cercare di migliorare sempre ma rispettiamo sempre i tempi del nostro amico a quattro gambe.
Dopo una pausa possiamo ricominciare con il lavoro, attenzione però a non essere monotoni e ripetitivi, annoiare il cavallo lo allontana dalla nostra attenzione. Dopo aver consolidato il lavoro sulle transizioni su circoli di grandi dimensioni, possiamo proseguire stringendo il diametro del nostro cerchio ■

# Giro tondo

**Ma no, non casca il mondo, anzi! Il lavoro alla longia è un ottimo esercizio per il nostro cavallo**

**Troppo spesso sottovalutato, il lavoro alla corda è invece una ginnastica importante e molto efficace per il nostro cavallo, sia esso un puledro o un adulto già esperto.**
Tramite questo tipo di esercizio possiamo aiutare l'altra metà del nostro binomio nella ginnastica del suo corpo, utile sia per le flessioni laterali che per andare diritto.

## Tutto quel che serve

Il luogo ideale per girare il cavallo alla corda è il tondino, ovvero un recinto circolare dal diametro di 15 metri minimo, anche se l'ideale sarebbe un diametro di 18/20 metri. In mancanza di un tondino, però, possiamo tranquillamente lavorare il nostro cavallo in maneggio. Assicuriamoci quindi di avere l'attrezzatura adeguata per poter svolgere il lavoro nel migliore dei modi.

**• Longia**

Innanzitutto abbiamo bisogno di una longia, ovvero una corda piatta larga dai 2 ai 4 centimetri e lunga dagli 8 ai 10 metri. Può essere di cotone o nylon, l'importante è che sia morbida e leggera. A un'estremità è munita di un robusto moschettone, all'altra, invece, c'è una grande asola utile come maniglia. Lo scopo della longia è quello di allontanare il cavallo restando comunque in connessione. Riusciamo quindi ad insegnargli a girare in cerchio mantenendo l'andatura prescelta: passo, trotto o galoppo.

**Proprio come quando montiamo,** mentre giriamo il cavallo alla corda, è bene fargli indossare le protezioni alle gambe per evitare che si possa infortunare.

**Se giriamo il cavallo in maneggio,** possiamo 'ridurre' lo spazio delimitandolo con delle barriere a terra, per creare maggiormente l'idea del tondino nel nostro amico.

**Quando giriamo alla corda** in testiera è bene togliere le redini, oppure fissarle girandole più volte su se stesse sotto al collo chiudendole poi nel sottogola.

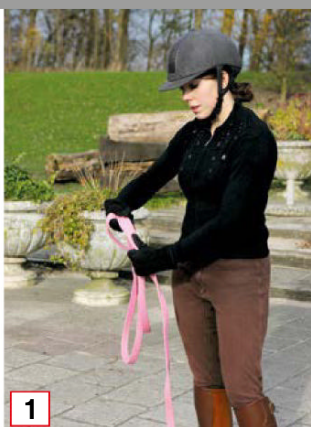
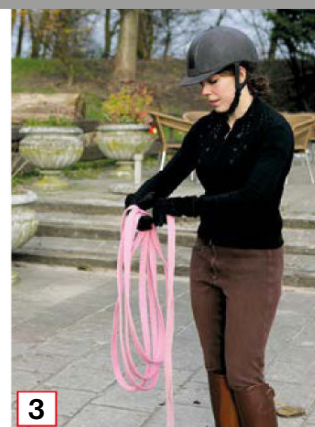
• **Frusta**
Si tratta della frusta lunga, quella che nell'immaginario comune 'schiocca', per intenderci. Ovviamente lo scopo di questo strumento non è punitivo! La sua funzione, infatti, è quella di impartire aiuti, possiamo dire si tratti della sostituta delle nostre gambe. Serve infatti ad impartire segnali chiari e precisi ai cavalli.

• **Fascione**
È una ampia fascia, larga circa 10-12 centimetri e imbottita sul dorso. Ai suoi estremi il fascione viene allacciato a un sottopancia di egual misura e materiale. Su questo strumento sono posti sei anelli: due sul garrese, uno, rivolto in avanti, che può servire a far passare la redine del filetto, ad esempio, uno rivolto all'indietro, ottimo per agganciare il sottocoda, e quattro laterali, due per lato, anch'essi disposti due con orientamento in avanti e due indietro. Oltre ad utilizzare il fascione possiamo girare il cavallo alla corda scosso, ovvero senza nulla addosso, o meglio semplicemente con la longia attaccata a uno degli strumenti possibili per questa attività.

### TONDINO FAI DA TE

Se non disponiamo di un tondino, possiamo girare il cavallo alla corda all'interno del maneggio. Utilizziamo il lato corto come una 'sponda' e delimitiamo il lato opposto con l'ausilio di barriere a terra o pilieri. In questo modo il cavallo ha la sensazione di girare in un'area delimitata quasi circolare e il suo lavoro sarà più semplice.

## Arrotolare con cura

**Tenere in mano correttamente la longia è il primo passo per poter eseguire correttamente questo lavoro.**
Sono deci metri di corda, ingarbugliarsi e fare dei nodi è un attimo! Solo che poi sono dolori quando dobbiamo girare il cavallo e la corda è mal arrotolata. Per evitare inconvenienti il segreto è riporre la longia con cura, compiendo ampi anelli, ecco come:

1 | Con la mano destra prendiamo la longia dalla parte del moschettone. Con la sinistra assicuriamoci che la corda non sia arrotolata su se stessa.
2 | La mano destra tiene la matassa mentre con la sinistra facciamo degli ampi anelli. L'ampiezza può essere l'apertura del nostro braccio.
3 | Riponiamo ordinatamente la corda che recuperiamo sopra quella riposta precedentemente.

## Dove agganciare la longia

Esistono diversi modi per lavorare il cavallo alla corda e, di conseguenza, diversi 'strumenti' a cui attaccarla. In particolare possiamo utilizzare la capezza oppure la testiera con il filetto.

**• Capezza**

Se utilizziamo la capezza, solitamente, è per girare il cavallo scosso, possiamo utilizzare questo metodo per girare alla corda il cavallo per vedere, ad esempio, il suo movimento o per scaldarlo.

Questo strumento è certamente il meno invasivo, tuttavia dà meno controllo. Il lavoro alla corda con la cavezza classica deve essere eseguito in uno spazio ben definito, come un tondino o un piccolo rettangolo, perché nel caso in cui il cavallo fugga possa essere subito bloccato e non rischi di impigliarsi le gambe nella longia.

**• Testiera**

La testiera col filetto è una scelta ottimale se vogliamo realmente lavorare il cavallo alla corda, ginnasticarlo e migliorare le sue prestazioni. In questo caso la longia va attaccata alla girella ovvero una 'fascetta', solitamente in cuoio o nylon, con due moschettoni ai lati che si agganciano al filetto e un anello centrale cui agganciare la longia che non va mai attaccata direttamente all'imboccatura. Con l'ausilio di altri strumenti come lo chambon o le redini di ritorno, possiamo rendere il lavoro alla corda ancor più preciso. Attenzione però, si tratta di strumenti molto tecnici, da utilizzare solo se ne siamo davvero capaci.

**L'ideale per girare il cavallo** alla corda è il tondino, ovvero un recinto tondo del diametro che varia tra i 18 e i 20 metri.

### ATTENZIONE

Il moschettone della longe non va mai fissato direttamente al filetto. Esiste uno strumento, la girella, che unisce i due anelli del filetto e, tramite un gancio centrale, permette un attacco corretto alla longe.

## Lavoro vero

Quello alla corda è un vero e proprio lavoro per tanto va strutturato adeguatamente. Dopo aver abituato il cavallo al lavoro sul circolo, possiamo iniziare al passo per poi passare al trotto e, solo in seguito, al galoppo. Lavoriamo sempre in modo simmetrico alle due mani. Per quanto riguarda il lavoro da terra è nostra premura usare in modo accurato gli aiuti, ma siamo a terra, come possiamo fare? Usiamo gli strumenti che abbiamo: la voce, la frusta al posto delle gambe, e la longia al posto delle mani, come se fosse una redine. A mano sinistra avremo la corda a sinistra e la frusta a destra, viceversa all'altra mano.

**• Longia – redini**

Utilizziamo la corda che abbiamo in mano, proprio come se fosse una redine. Il suo scopo non è 'tenere il cavallo perché non si allontani', ma aiutarlo a generare impulso, con mano morbida insegniamo al cavallo a restare nel circolo e nel ritmo senza mai generare tensione.

**• Frusta – gambe**

La frusta, che ricordiamo non ha mai il compito di punire, si sostituisce, con leggeri tocchi, alle nostre gambe, eseguendo esattamente il lavoro di queste ultime. Teniamo la frusta puntata all'altezza delle anche. Se è necessario aumentare l'impulso possiamo leggermente sfiorare il cavallo all'altezza delle cinghie, dove è abituato a ricevere la pressione della gamba quando siamo in sella. Attenzione a non agire mai sulla groppa o sui posteriori. Oltre a fare male al cavallo, rischieremmo di mandarlo in difesa!

**• Voce**

La voce è utilissima quando lavoriamo alla corda. È il primo segnale che spiega al cavallo che cosa desideriamo la lui. Possiamo utilizzare la 'rana' per aumentare l'andatura. Questo suono è molto riconoscibile per il cavallo in quanto, solitamente, è già condizionato. Possiamo poi insegnare anche nuovi segnali, come, per esempio, 'Trot', per il trotto, e 'Galop', per questa andatura.

Per inserire questi segnali la sequenza da rispettare è: segnale verbale, per esempio 'Trot', azione di corda (leggera trazione) e di frusta (leggera pressione), per poi cedere una volta che ha eseguito il nostro segnale. Perché il cavallo capisca è necessario cedere, ovvero togliere la pressione di longia e frusta, non appena esegue.

## Allenamento alla grande

Una buona tabella di lavoro prevede di lavorare il cavallo alla corda almeno un giorno alla settimana. Grazie a questo tipo di esercizio è possibile sciogliere e decontrarre il nostro cavallo senza il 'fastidio' del nostro peso sulla schiena. ■

**TONDO TONDO**

Facciamo attenzione a mantenere il circolo regolarmente anche durante le transizioni. Per farlo è necessario che il longeur, colui che gira il cavallo alla corda, mantenga costante la sua posizione al centro del cerchio senza mai seguire il cavallo. In questo modo il contatto bocca-mano si mantiene costante.

**Per montare bene è necessario imparare a ottenere un buon assetto in sella, ecco tre trucchi per migliorarci**

# Belli e precisi

**Quando vediamo montare il nostro istruttore oppure ammiriamo i nostri cavalieri preferiti notiamo che sono così naturali in sella, un tutt'uno con il cavallo.** Sono talmente in sintonia che sembra non facciano nulla (anche se sappiamo bene quanto lavoro ci sia!) nemmeno negli esercizi più difficili. Poi tocca a noi e iniziano i guai: spalle chiuse, gambe che scappano, mani che si muovono troppo... insomma i soliti problemi di assetto con cui ogni cavaliere alle prime, ma anche alle seconde, armi si trova quotidianamente ad affrontare.
Ebbene ci sono passati tutti, anche i nostri istruttori e i nostri cavalieri preferiti all'inizio avranno avuto qualche difficoltà nel trovare l'assetto perfetto ma con esercizio, allenamento e dedizione tutto si supera. Vediamo tre 'segreti del mestiere' che possono aiutarci a migliorare la nostra posizione in sella e a renderla più efficace.

## Redini a ponte

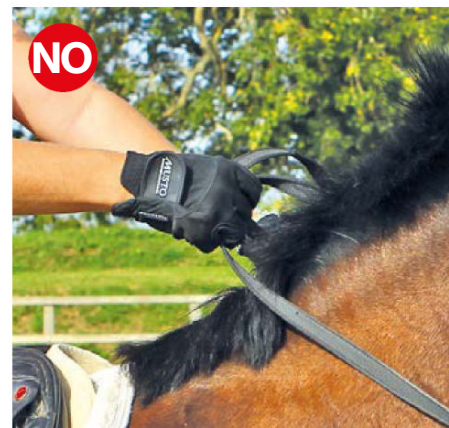
Le mani... le mani sono sempre un punto delicato, dovrebbero stare ferme, ma morbide, con il pollice rivolto verso l'alto, senza infastidire il nostro cavallo e dovrebbero andare a formare una linea retta che unisce la bocca del cavallo al nostro gomito passando, appunto per il dorso della mano... fosse facile! Capita spesso di muovere troppo le mani (andando a dar fastidio alla bocca del cavallo), oppure di tenerle troppo aperte, o troppo alte. Insomma spezzando la famosa linea retta. In questo caso esiste un trucco utile ad aiutarci a tenere le mani ferme e nella corretta posizione: si tratta di unire le redini andando a formare un ponte. In questa maniera siamo obbligati a tenere le mani ferme e vicine al garrese. Con l'andare del tempo questa posizione, efficace ai fini di una buona e corretta equitazione, diventerà per noi naturale.

## Senza staffe

Usciamo dalla nostra zona di confort! Togliamo le staffe e facciamo fatica, ma impariamo a sentire e seguire il movimento del nostro cavallo. Spesso in sella tendiamo a chiuderci e rattrappire le gambe. In questo

**Armonia è la sensazione** da ricercare. Un buon binomio corretto e affiatato risulta armonico, un tutt'uno insomma.

## Attenzione alle mani

**La posizione delle mani in sella è fondamentale.** Ricordiamoci sempre che sono il nostro tramite con la bocca del cavallo, una parte sensibile e delicata del suo corpo. Le mani sono nella posizione corretta se le nocche si guardano. Pensiamo di avere in mano due bicchieri d'acqua. Ecco: se le mani sono giuste il liquido non si rovescia!

**Il lavoro senza staffe** è importante anche per comprendere e correggere i nostri errori. Spesso montiamo con le punte dei piedi rivolte in fuori. Senza staffe è più facile modificare la posizione.

**Montare senza staffe** a tutte le andature ci permette di scendere con il nostro baricentro nel punto più basso della sella. Immagazzinare questa sensazione ci aiuta poi con il lavoro con le staffe.

**Per mettere le redini a ponte** facciamo passare la redine sinistra tra l'indice e il pollice della mano destra e viceversa, in modo da unirle. In questa maniera è più semplice tenere le mani vicine tra di loro e al garrese.

modo ci irrigidiamo e non riusciamo ad essere in sintonia con il movimento.
Quindi piedi fuori dalle staffe, allunghiamo bene le gambe e lasciamo che il nostro baricentro scenda sino ad arrivare nel punto più basso della sella.
Sforziamoci di montare senza staffe a tutte e tre le andature, al trotto probabilmente saremo più scomodi che al passo o al galoppo ma si tratta di un esercizio fondamentale per poter imparare ad avere un assetto corretto ed efficace. Immagazziniamo le sensazioni che proviamo quando siamo senza staffe così da poter riprendere la corretta posizione anche una volta staffati.

## Gambe efficaci

Le gambe sono il vero 'motore' per far muovere il cavallo. Saperle usare bene è quindi fondamentale per una buona equitazione. Le gambe dovrebbero essere lunghe e a contatto con il costato del cavallo, quello che è importante è stringerle ma, ancor di più, allentare al momento giusto. È infatti questo togliere la pressione dal costato che fa capire al cavallo che sta facendo quanto gli chiediamo. Imparare quindi ad essere sensibili con le gambe è importante, esiste un esercizio per riuscire ad avere le gambe sufficientemente morbide e mobili. Saliamo quindi in sella, togliamo i piedi dalle staffe e solleviamo e distendiamo le gambe. Questo ci permette di allungare bene le gambe e di sviluppare una sensibilità tale da mantenere la posizione corretta e il giusto modo di muoverle stringendo e rilasciando quando serve. ■

**1 - 2** | Sollevare le ginocchia e poi far scendere le gambe lungo il costato del cavallo aiuta a trovare la corretta posizione della gamba e, di conseguenza, rende la sua azione più efficace.

**3** | Lunghe e che aderiscono al costato, con le punte in dentro e rivolte verso l'alto, questa è la posizione corretta delle gambe che hanno la funzione di creare e rilasciare pressione per far avanzare il cavallo.

## Allungamento!

**Per essere efficaci in sella dobbiamo essere dritti ma sciolti**, la rigidità è contraria all'armonia, fondamentale se vogliamo diventare un binomio affiatato. Un ottimo esercizio da fare per sciogliersi, appena saliti in sella, è quello di distenderci sino ad andare a toccare con le dita della mano la punta del piede opposto. Ovviamente eseguiamo l'esercizio da entrambi i lati. È un ottimo stretching!

# Forse non ci siamo capiti

Testo di Massimo Garavini

**Spesso la mancanza di una risposta immediata ci porta ad una immediata conclusione: pigrizia, testardaggine, scarso carattere, brutto e cattivo e chi più ne ha più ne metta.**

Nella maggior parte dei casi però si tratta di un errore di comunicazione, che può portare sia il cavallo che il cavaliere a diventare sempre più frustrati.

È importante essere in grado di riconoscere ed individuare il motivo di queste incomprensioni, in modo da poter spiegare ai cavalli il concetto in modo più chiaro.

## Errore di traduzione

In questi casi il cavallo si mostrerà confuso. Ecco quali sono i comportamenti che più frequentemente manifesta:

- **risponde in modo casuale**
- **si oppone alla pressione**
- **frustrazione (tensioni nel corpo o difese)**
- **comportamento evitante**

Se un cavallo ha difficoltà a capire un nuovo concetto o aiuto, è probabile che ci sia stato, da qualche parte, un buco nel suo addestramento o un errore nella tua richiesta. È importante essere in grado di identificare dove si trovano le informazioni mancanti e avere la capacità di tornare indietro, per ritrovare la corretta intesa.

**I cavalli, prede in natura, tendono a spaventarsi** e scappare quando si sentono in pericolo. Impariamo a capire i segnali di disagio quali le orecchie indietro.

## Quattro regole d'oro

**Per instaurare una comunicazione semplice ed efficace non dobbiamo dimenticare queste quattro regole:**

**1** - Chiedere sempre allo stesso modo, con gli stessi aiuti; in fase di addestramento di base può essere utile fare una richiesta anche nello stesso punto del campo.

**2** - Appena ottenuta la risposta voluta interrompere le azioni che avevamo attivato immediatamente.

**3** - Accontentarsi anche di una risposta parziale.

**4** - Ricompensare immediatamente: abbiamo un tempo estremamente ridotto per dire al nostro cavallo che la sua risposta è proprio quello che volevamo.

Il tuo cavallo non capisce quello che gli stai chiedendo? Ecco quattro segnali che lo dimostrano

**Se il nostro amico si spaventa** mentre è alla longia è probabile che si preoccupi in maniera eccessiva, poiché non ha vie di fuga. Fermiamoci e rassicuriamolo per potere in seguito ripetere il lavoro.

## In compagnia è meglio

**Possiamo sfruttare sempre l'istinto dei cavalli a rimanere in branco e ad affidarsi a un loro simile più sicuro.**
Spesso farci precedere da un soggetto esperto renderà il compito di più facile soluzione. Applicando un apprendimento di tipo imitativo il cavallo imparerà dal soggetto più abile.

## Risponde in modo casuale

Anche se questo punto può sembrare un po' ovvio, è sorprendente vedere quante volte viene incolpato un cavallo, definendolo testardo o stupido per non aver risposto in un certo modo... anche se non è mai stato adeguatamente addestrato a rispondere nel modo giusto o se un allievo sta chiedendo una cosa completamente diversa. Un semplice esempio che vedo spesso è un cavaliere che si arrabbia con il suo cavallo che non avanza adeguatamente o addirittura arretra quando gli si chiede di andare avanti. La maggior parte delle volte il cavallo non risponde correttamente perché il cavaliere lo sta chiedendo nel modo sbagliato. Il cavaliere avrà le mani alzate con la pressione sulle redini e prenderà

a gambate il cavallo. Mentre pensa di chiedere al cavallo di avanzare, in effetti sta indicando al cavallo di arretrare.

**Cosa fare**

Se il tuo cavallo non risponde correttamente, la prima cosa che si dovrebbe fare è valutare se si stia commettendo un qualche errore nel modo in cui glielo state chiedendo. Esclusa questa eventualità, è cercare di valutare se ci sono state delle carenze nell'addestramento. In questo caso la più semplice soluzione è fare dei passi indietro proponendo quegli esercizi di base che possano dare quella base solida, seguendo la "Scala del Training".

**Può succedere** che il cavallo si trovi in difficoltà nell'affrontare esercizi sino ad allora conosciuti.
In questo caso una buona idea è tornare indietro con esercizi simili ma più semplici.

## Si oppone alla pressione

I cavalli sono animali da preda e il loro istinto naturale è quello di fuggire o combattere contro qualsiasi pressione che si trovano a dover affrontare. L'addomesticamento deve, con pazienza, insegnare al cavallo a cedere alle pressioni, permettendoci così di legarlo senza che tiri indietro, alzargli i piedi senza travolgere il maniscalco, spostarsi nel box senza schiacciarci contro il muro. Incoraggiarli a cedere alle pressioni li renderà più facili da maneggiare e sicuri da trattare; inoltre cedere alla mano e alla gamba saranno così il punto di partenza per poter montare nel migliore dei modi.

### SCALA DI TRAINING

Si chiama 'Scala di Training' o di addestramento, un insieme di esercizi e atteggiamenti che riguardano il cavallo da tenere sempre presenti quando montiamo. Sono i cardini della buona equitazione, ecco di cosa si tratta:

RIUNIONE
CAVALLO DIRITTO
IMPULSO
CONTATTO
DECONTRAZIONE
RITMO

CAVALLO NEGLI AIUTI
EQUILIBRIO

**Il lavoro da terra** è una buona strada per costruire le basi di una solida e comprensibile comunicazione.

**Cosa fare:**
Insegna al tuo cavallo a cedere alle pressioni. Se insegnato correttamente, un cavallo reagirà naturalmente senza più opporsi a ogni pressione e montato imparerà a cedere agli aiuti. Per esempio: chiedi al tuo cavallo di abbassare la testa. Se non gli è mai stato insegnato, quando vai ad applicare una pressione verso il basso sulla nuca, istintivamente alzerà la testa verso l'alto per opporsi alla pressione. Se il cavallo non risponde, aumentate leggermente finché non abbasserà la testa. Immediatamente annullare la pressione e ricompensare.

## Frustrazione

Il cavallo è un animale di branco, estremamente capace e attento a comunicare e comprendere i continui messaggi che riceve. Non comprendere cosa gli stiamo comunicando genera smarrimento e successiva frustrazione. Cavalli diversi manifestano frustrazione in modo diverso. I segni comuni di frustrazione nei cavalli includono la tensione nel corpo, in particolare nel muso, nel collo o nel posteriore, orecchie appiattite, roteare la coda, masticare il morso, scuotimento della testa e persino comportamenti aggressivi.

**Cosa fare:**
Può essere che, proponendo un nuovo esercizio, avere grandi aspettative e ogni insuccesso può portare entrambi a grandi delusioni. Inizia fissando piccoli obiettivi con il tuo cavallo in modo da fissare obiettivi realistici e più facilmente ottenibili. Usa sempre la filosofia della progressione e di porti obiettivi intermedi; in caso di insuccesso torna a qualcosa di più semplice che sai il tuo cavallo può eseguire facilmente. Potresti dover smontare e persino tornare ai lavori di base se il tuo cavallo sta attraversando un momento difficile. Una delle cose migliori che puoi fare con un cavallo frustrato è premiare anche la più piccola progressione. Quando si tratta di frustrazione, sapere che ti stai almeno muovendo nella giusta direzione può fare la differenza nella tua volontà. Questo vale anche per il tuo cavallo!

## Comportamento evitante

Se un cavallo trova una particolare situazione scomoda, sconosciuta o non comprensibile, può cercare di evitarla del tutto. Potrà addirittura girare la testa e tirare dall'altra parte, allontanarsi e rifiutarsi di guardare nella direzione che stai chiedendo. Un esempio classico si verifica quando cerchiamo di far entrare il nostro cavallo in un laghetto, innescando le più disparate reazioni: potrà cercare di evitarlo saltandolo in tutta la sua lunghezza, potrà girarci intorno, o semplicemente rifiutarsi di attraversarlo.

**Cosa fare:**
Se il tuo cavallo sta mostrando un comportamento evitante, devi fare il possibile per dargli fiducia. Ci sono diversi modi in cui puoi farlo. Un buon punto di partenza è sempre con le basi; spesso introdurre il nuovo compito con un lavoro da terra e non montato lo renderà più sicuro e fiducioso nei tuoi confronti. ■

### UN TRUCCO

Insegniamo al nostro cavallo a cedere alle pressioni. Iniziamo da terra. Un buon esercizio è sollevare le gambe, come per esempio per pulire i piedi.

**Imparare a capire** un cavallo è come imparare una lingua straniera. Ci vuole tempo ma, una volta compreso il giusto canale, ci si capisce alla perfezione.

# Consigli di

**Chi ama viaggiare a cavallo è sicuramente una persona che possiede dei requisiti di base ben definiti che potranno assicurargli un approccio naturale a questo tipo di avventure.** Si tratta di un amante della natura e dell'ambiente, animato dal desiderio di conoscere luoghi nuovi e spettacolari insieme a un compagno speciale: il suo cavallo. Possiamo dire che

**Trekking vuol dire (anche) amicizia.** Trascorrere uno o più giorni in compagnia di chi condivide la nostra passione.

# viaggio

**Per chi ama i trekking la bella stagione significa uscite in sella. Affrontiamole al meglio, in solitaria o in compagnia**

Testo di Leonardo Dori - Foto di Valeria Laureano

conoscere è la motivazione più grande che muove i cavalieri. Ogni viaggio è diverso da quello precedente, nel gruppo, nel periodo dell'anno, nell'ambiente che si esplora. Spesso capita che ci si avvicini a un viaggio senza molta convinzione e con poca predisposizione, magari solo perché lo fanno gli amici o per emulare i grandi viaggiatori a cavallo che effettuano le lunghe transumanze, in questi casi si finisce col tornare stanchi e delusi, convinti di non voler ripetere mai più una simile esperienza. Non tutti possiedono l'animo del viaggiatore. In realtà, se guardiamo dentro di noi capiamo subito se in noi prevale la vocazione alla competizione, al lavoro in piano, al rettangolo e comunque all'equitazione agonistica in genere o se sentiamo il bisogno di avventura, di immergerci nella natura, attraversare spazi sconfinati, incontrare

Da soli o in gruppo i trekking a cavallo sono pura emozione. I paesaggi mozzafiato del nostro Bel Paese sono ancora più unici se ammirati dalla sella

imprevisti, ridere e soffrire in solitaria, oppure, condividendo con amici che possiedono la nostra stessa filosofia di vita, una storia in continua evoluzione.

## Il viaggiatore

Chi ha l'animo dell'avventuriero e del viaggiatore e vuole dedicarsi a questa disciplina cerca di stabilire un rapporto completo con il proprio cavallo, per condividere insieme, giorno dopo giorno, sforzi e fatiche, rallentando la marcia quando si avvertono problemi di affaticamento e aumentando il ritmo quando la situazione lo richiede, senza mai abusare della generosità del nostro amico cavallo, avendo come scopo quello di arrivare e magari ripartire sempre in buone condizioni fisiche. Di solito i trekking e i viaggi organizzati di gruppo hanno un programma ben preciso in base al quale, fra le altre cose, si stabiliscono prima il grado di difficoltà, le distanze, le ore di percorrenza giornaliera, ecc., proprio su queste informazioni che i cavalieri, specialmente alle prime esperienze, devono porre la loro attenzione su tutti questi aspetti e magari chiedere consiglio a persone più esperte, valutando in modo particolare se il proprio cavallo sia in condizioni fisiche e caratteriali ottimali per affrontare questo tipo di esperienza. Le regole in gruppo in viaggio sono sempre ben evidenziate dagli organizzatori, tuttavia alcune sono comuni e indispensabili, un approccio con modestia, educazione, rispetto per le persone e i cavalli che faranno parte del gruppo è già un buon inizio. Successivamente ci sono altre importantissime regole da seguire, quali il rispetto delle andature, delle posizioni nel gruppo, del chiedere il permesso per avanzare di posizione, di non superare mai

Un viaggio in solitaria è un sogno per molti ma richiede grande preparazione, non improvvisiamo!

**In alcuni passaggi è consigliabile scendere** e accompagnare il cavallo a mano. Se la guida ci dà questo suggerimento seguiamo il suo consiglio.

## Primavera da viaggiare

**Arrivano le prime belle giornate, è tempo di organizzare uscite e trekking.** Esistono tanti tipi di viaggi: brevi o di più giorni, semplici o più complessi. Affidiamoci a una guida esperta perché possa accompagnarci nella scelta dell'itinerario più adatto alla nostra preparazione e a quella del nostro cavallo. Un viaggio a cavallo dovrebbe essere un'esperienza di quelle a cui pensare quei giorni in cui si è tristi, non trasformiamolo in un ricordo spiacevole per noncuranza!

la guida, di avvisare sia verbalmente che con un fiocco rosso fissato alla coda che il proprio cavallo scalcia, di assecondare la guida se consiglia di smontare in caso di pericolo, di cercare aiuto ma anche di aiutare i compagni di viaggio in difficoltà e, infine, di non esagerare con l'utilizzo di telefonini cellulari e quant'altro, ricordando che il loro uso dovrà essere limitato alle emergenze e ai casi di vera necessità.

## Viaggiare sicuri

Quando prepariamo e bardiamo il cavallo ricordiamoci alcune cose. Innanzitutto assicuriamoci che il sottosella sia sempre ben pulito e dotato di un buono spessore. In questo modo garantiremo la massima comodità al cavallo, che dovrà indossarlo per molte ore consecutive. Lo stesso vale per il sottopancia, che deve essere pulito e non usurato, soprattutto sulla parte che va a contatto con il costato del cavallo, per evitare possibili fiaccature e spelature in questa zona dove la sua pelle è molto sensibile. Grande attenzione anche a tutti gli altri finimenti, come il pettorale e il sottocoda; devono essere ingrassati puliti e in buono stato per garantirne la massima tenuta durante l'intera

**Come in ogni attività di gruppo**, anche in un trekking è fondamentale seguire alcune semplici regole come, per esempio, rispettare le posizioni. È necessario anche per la sicurezza.

Il vero trekker è un avventuriero e ama vivere la natura vista tra le orecchie di un cavallo

## Questione di fisico

**I trekker esperti lo sanno bene, chi invece si avvicina a questa attività è bene che lo impari: un viaggio a cavallo richiede preparazione, anche fisica, sia nel cavallo che nel cavaliere.** A seconda dell'esperienza che desideriamo vivere, alleniamoci in modo adeguato. Usciamo con il nostro cavallo almeno un paio di volte a settimana facendo lunghe passeggiate al passo, l'andatura prediletta del trekking. Alterniamo brevi tratti di trotto e aumentiamo i tempi in modo graduale. In questo modo alleneremo gambe e fiato sia del cavallo che del cavaliere.

## Buone maniere

**Quando si affronta un viaggio di gruppo è necessario che il nostro cavallo, proprio come noi, sia abituato alla vita di gruppo.** Sia i bipedi che i quadrupedi sono infatti tenuti a condividere spazi e regole, allenare un po' di tolleranza è sempre una buona idea.
Abituiamo quindi il nostro amico alla vita da branco (che gli risulterà molto naturale) con i suoi simili.

**Il viaggiatore a cavallo** non si fa fermare da due gocce di pioggia! È tuttavia importante essere preparati e con la giusta attrezzatura.

durata del viaggio. Inoltre, portiamo sempre con noi, dentro la bisaccia o legate alla sella, la capezza e la lunghina, che dovranno essere robuste e munite di un solido moschettone. Non dimentichiamo di portare anche una scarpetta, in caso di perdita accidentale di un ferro, un impermeabile, in caso di pioggia, e una coperta fine in pile, per le soste nei luoghi più freschi. Nei viaggi organizzati, spesso il gruppo è accompagnato da una macchina su cui possiamo caricare una piccola cassetta con gli accessori da scuderia, che ci saranno utili per pulire il cavallo dopo averlo dissellato nelle soste notturne, se possibile eventualmente anche un sottosella di ricambio.

## In solitaria

Per tutti coloro che viaggiano in solitaria evitiamo di distribuire consigli e suggerimenti, saranno sicuramente cavalieri esperti, già rodati e con notevole esperienza, avranno varie filosofie di vita e di monta, sapranno leggere cartine ed usare le mappe dei percorsi on-line, saranno capaci di organizzare accampamenti notturni e portare al seguito materiali con animali in someggiata. Avranno basi minime di veterinaria e mascalcia, sapranno comportarsi con competenza incontrando un branco di vacche o cavalli allo stato brado, con tori e stalloni.
In poche parole se un viaggiatore solitario non possiede questi requisiti non dovrebbe mettersi in viaggio rischiando l'incolumità sua e del proprio cavallo, magari è consigliabile rimandare e nel frattempo fare esperienze con guide serie. ■

Il vero segreto del trekker è la sintonia. Cavallo e cavaliere si devono fidare ciecamente l'uno dell'altro

# La Rotta Francese del Cammino

**Tra tutte le rotte, quella francese è indubbiamente la più tradizionale e amata dai pellegrini. Esistente già dall'XI secolo, attraversa la Penisola Iberica a nord, da est a ovest: Paesi Baschi, Navarra, Rioja, Catilla y León e Galicia. Partendo dalla base dei Pirenei francesi arriva fino a Santiago**

Testo e foto di GoWorld

**Poter percorrere il cammino di Santiago a cavallo è diventato, negli ultimi anni, un must tra gli appassionati di ippoturismo. Noi lo proponiamo in diverse varianti di durata e di rotta a seconda delle esigenze, ma sempre con un unico scopo:** raggiungere la meravigliosa cattedrale di San Giacomo di Compostela, uno dei massimi santuari cattolici del mondo. Al suo interno, nella cripta, i fedeli venerano le reliquie dell'apostolo Santiago o Maior/el Mayor (San Giacomo il Maggiore), patrono di Spagna.

La chiesa-santuario dedicata a Santa Maria la Real a O Cebreiro, è un'antichissima e medievale costruzione dell'XI secolo, poco dopo la scoperta della tomba di San Giacomo nella città di Compostela

## Itinerario

**1° giorno : ITALIA/TRIACASTELA (-/-/D)**
Pick-up dall'aeroporto di Santiago de Compostela o dalla stazione dei treni (prevedere un arrivo per le h 15.00) e incontro con le guide. Trasferimento a Triacastela per cena e pernottamento.

**2° giorno: TRIACASTELA/SAMOS (B/L/D)**
Dopo colazione raggiungiamo i cavalli per l'inizio del cammino, che entra in Galizia da El Bierzo, salendo sulla montagna di O Cebreiro a 1300 m, nella provincia di Lugo. In cima alla montagna troveremo il villaggio con la tipica vegetazione della penisola iberica. Qui inizierà il nostro cammino a cavallo, fino all'arrivo a Padornelo. Si raggiungerà il punto più alto di tutta la rotta francese, il Monte O Poio (1337 m) per poi proseguire in direzione di Fonfria. Godremo di un bellissimo paesaggio fino all'arrivo a Samos per la cena e il pernottamento.

**3° giorno: SAMOS/PORTOMARIN (B/L/D)**
Ci dirigiamo verso Sarria tra splendidi paesaggi. Si attraverserà il fiume Sarria, o San Cristovo, San Martiño e uno dei più antichi monasteri occidentali. Sarria è la località più popolosa del Cammino Francese con circa 7.000 abitanti. Da qui si attraversa il ponte di pietra di Aspera e, tra boschi, prati e terreni arriviamo a Paradela. Per entrare a Portomarin, è necessario attraversare un ponte degli anni '60 passando dalla diga di Belesar.

**4° giorno: PORTOMARIN/PALAS DE REY (B/L/D)**
Attraversiamo il villaggio di Gonzar e proseguiamo in direzione di Castromaior e Ventas de Naron Lameiros. Sul percorso troveremo ovunque esempi di antiche tradizioni. Poco prima di raggiungere Palas de Rey, attraverseremo Ulloa, famosa per il suo delizioso formaggio e altri prodotti tradizionali.

**5° giorno: PALAS DE REY/ARZUA (B/L/D)**
Proseguiamo verso il Castello di Pambre, uno dei rari castelli feudali della Galizia che si è salvato dalla furia delle battaglie degli "Irmandiños". Entriamo infine nella provincia di A Coruña, passando per Leboeira e Furelos. Attraversando un immenso ponte medievale A Melide, considerato il centro geografico della Galizia, assaggeremo il miglior polpo galiziano che si possa trovare! Presto la Strada Francese diventa urbana e incontreremo i villaggi Boente e Castañeda prima di raggiungere Arzua. Ad Arzua, il Cammino Francese incontra i pellegrini provenienti dal Nord.

**6° giorno: ARZUA/SANTIAGO (B/L/D)**
Da Arzua il percorso si estende tra eucalipti, querce e bellissimi prati, per arrivare ai paesini di Calzada, Salceda e A Rua dove ci fermeremo a visitarli.
Il percorso del pellegrino raggiunge Lavacolla, vicino al Monte do Gozo, una piccola collina, offrendo per la prima volta ai pellegrini la visione in lontananza delle maestose torri della cattedrale di Santiago.

**7° giorno: SANTIAGO/ITALIA (B/-/-)**
Colazione, visita della cattedrale e transfer per l'aeroporto di Santiago o per la stazione dei treni.

**B** = colazione; **L** = pranzo; **D** = cena
**Livello di difficoltà:**

*** FACILE:** poche ore in sella con prevalenza di passo o piccoli trotti

**** INTERMEDIO:** più ore in sella, prevalenza di passo (soprattutto in montagna) ma capacità di controllo del cavallo alle 3 andature (galoppo per tratti brevi)

***** AVANZATO:** totale dimestichezza alle tre andature anche in esterna. Capacità di sostenere andature veloci per lunghi tratti

### DATE DI PARTENZA

Sono garantite con minimo 1 persona con partenza dall'Italia:

| | | |
|---|---|---|
| 20/04 – 26/04 | ROTTA FRANCESE da Triacastela | 7 giorni/6 notti |
| 05/06 – 10/06 | ROTTA FRANCESE da Sarria | 6 giorni/5 notti |
| 20/06 – 01/07 | ROTTA FRANCESE da Astorga | 12 giorni/11 notti |
| 25/06 - 30/06 | ROTTA FRANCESE da Sarria | 6 giorni/5 notti |
| 17/07 – 22/07 | ROTTA FRANCESE da Sarria | 6 giorni/5 notti |
| 17/08 – 22/08 | ROTTA FRANCESE da Sarria | 6 giorni/5 notti |
| 17/08 – 23/08 | ROTTA FRANCESE da Triacastela | 7 giorni/6 notti |
| 20/09 – 26/09 | ROTTA FRANCESE da Triacastela | 7 giorni/6 notti |

Sono disponibili altre date di partenza su richiesta tutto l'anno con un minimo di 4 partecipanti.

PARTECIPANTI: MIN 4 - MAX 20

Sono disponibili con date su richiesta anche rotte di:
7 notti da O Cebreiro, 11 notti da Astorga, 13 notti da Leon, 17 notti da Burgos, 22 notti da Logrono, 26 notti da Pamplona, 28 notti da Roncisvalle

La Rotta Francese è il percorso più popolare del Cammino di Santiago ed è perfetto per chi vuole catturare l'essenza del Cammino

## Informazioni utili

**DURATA:** differente a seconda del programma scelto.
**DIFFICOLTÀ:** *** (intermedio).
**SISTEMAZIONE:** ostelli e piccoli hotel.
**SELLE:** inglesi e spagnole.
**CAVALLI:** Andalusi, Arabo-Spagnoli, Arabi, Anglo-Arabi. Molto equilibrati e allenati. Buon temperamento e abituati ai percorsi e terreni selezionati.
**ANDATURA:** da 6 a 7 h al giorno circa in sella. Si procede alle tre andature, ma la principale è il passo. I terreni non presentano grosse sfide ma è comunque necessario essere in una buona condizione fisica per le svariate ore in sella giornaliere.
**TIPOLOGIA:** itinerante con pernottamento in ostelli.

## Sistemazione e prezzi

| PREZZI PER PERSONA A PARTIRE DA: | |
|---|---|
| Partenze condivise, min. 4 partecipanti in camera doppia ROTTA FRANCESE DA SARRIA – 6 GG/5 NTI | € 1.980 |
| Partenze condivise, min. 4 partecipanti in camera doppia ROTTA FRANCESE DA TRIACASTELA – 7 GG/6 NTI | € 2.270 |
| Partenze condivise, min. 4 partecipanti in camera doppia ROTTA FRANCESE DA O CEBREIRO – 8 GG/7 NTI | Su richiesta |
| Partenze condivise, min. 4 partecipanti in camera doppia ROTTA FRANCESE DA ASTORGA – 12 GG/11 NTI | € 3.970 |
| Partenze condivise, min. 4 partecipanti in camera doppia ROTTA FRANCESE DA LEON – 14 GG/13 NTI | Su richiesta |
| Partenze condivise, min. 4 partecipanti in camera doppia ROTTA FRANCESE DA BURGOS– 18 GG/17 NTI | Su richiesta |
| Partenze condivise, min. 4 partecipanti in camera doppia ROTTA FRANCESE DA LOGRONO – 23 GG/22 NTI | Su richiesta |
| Partenze condivise, min. 4 partecipanti in camera doppia ROTTA FRANCESE DA PAMPLONA – 27 GG/26 NTI | Su richiesta |
| Partenze condivise, min. 4 partecipanti in camera doppia ROTTA FRANCESE DA RONCISVALLE – 29 GG/28 NTI | Su richiesta |
| Supplemento singola (a notte) | € 60 |
| Supplemento partenza con 2 partecipanti | Su richiesta |
| Eventuali tasse aeroportuali | Da pagare in loco |
| Quota d'iscrizione | € 95 |

Piccoli hotel, guesthouses, ostelli gran parte con bagno privato. Colazione, pranzo (picnic) e cena inclusi.

Questa chiesa è stata dichiarata monumento storico-artistico nel 1986 e si tratta di una costruzione romanica con pianta a croce latina, braccio longitudinale e transetto a tre navate, deambulatorio nell'abside e matronei che percorrono tutto il perimetro; cappelle laterali che si sviluppano ordinatamente lungo tutta la chiesa con un proprio spazio indipendente, di epoca romanica se ne conservano solo alcune del deambulatorio. Esistono intricate reti di vie romane e pre-romane che si snodano attraverso Spagna, Portogallo e Francia e che portano alla famosa chiesa, meta di pellegrinaggio cristiano fin dal medioevo, insieme a Roma e Gerusalemme. Ancora oggi è il punto di arrivo di pellegrini da tutto il mondo che giungono alla meta purificati grazie al lungo viaggio affrontato chi a piedi, chi in bici, chi a cavallo.

**Oltre alla Rotta Francese,** la più tradizionale e amata dai pellegrini, proponiamo altre rotte suggestive da affrontare in sella:

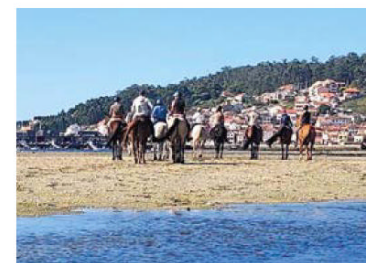
la **Rotta del Mare,** la più lunga e antica, la **Rotta Portoghese** che parte dal Portogallo seguendo la costa Atlantica e la **Rotta del Nord.** ■

Anche se i punti di partenza e i km percorsi sono diversi, quello di arrivo è sempre Santiago de Compostela. Una volta arrivati, è tradizione passare sotto la Porta Santa della Cattedrale e partecipare alla Messa del Pellegrino

**La quota comprende**
- Trattamento di pensione completa
- Transfer da/per aeroporto di Santiago de Compostela
- Pernottamenti in hotel/guest house a seconda del programma scelto
- 6-7 ore al giorno a cavallo per il numero di giorni scelto
- Cavalli e materiale a disposizione
- Guida esperta del territorio parlante inglese, spagnolo
- Kit da viaggio GoWorld (zaino, volumi fotografici, porta abiti/trolley – secondo importo pratica)
- Assicurazione assistenza medica, rimpatrio sanitario, danneggiamento al bagaglio e annullamento fino a € 2.000 per persona Go World Safehttps://www.goworld.it/condizioni-generali-di viaggio/assicurazioni/

**LA QUOTA NON comprende**
- Voli/mezzi per raggiungere il punto di partenza prescelto
- Pasti non menzionati, tasse aeroportuali, bevande, mance, extra di carattere personale
- Alcolici
- Tutto ciò non evidenziato nella voce "la quota comprende"
- Adeguamento Massimale Annullamento, obbligatorio per viaggi di importo superiore a € 2.000
- Assicurazione integrativa (Raccomandata) Go World Safe Plus https://www.goworld.it/condizioni-generali-di-viaggio/assicurazioni/
- Quota di iscrizione € 95

**ORGANIZZATORE**
GoHorse
Tel. 071/2089301
www.gohorse.it, s.giavarini@goworld.it

## Note

L'itinerario sopra descritto è da considerarsi indicativo. Potrebbe essere soggetto a variazioni dovute alle condizioni meteo o circostanze indipendenti dalla volontà degli organizzatori.

# Tra i colli della Val d'Orcia

**Un percorso alla scoperta di una delle zone più belle del mondo. Tra la Val d'Orcia e la Val d'Ambra, nel cuore della Toscana**

**In viaggio tra alcune delle valli più belle d'Italia. Tra la Val d'Orcia e la Val d'Ambra, tra le dolci e lussureggianti colline della provincia di Siena.** Un trekking che ci porta indietro nel tempo grazie ai paesaggi mozzafiato e i romantici borghi che si trovano lungo il percorso alla scoperta di una bellezza indescrivibile e specialità enogastronomiche che in Toscana non sono seconde a nessuno. Si tratta di quattro giorni di viaggio mediamente impegnativi e si consiglia di non intraprendere il viaggio nel caldo mese di agosto oppure in inverno se si tratta di un'annata particolarmente piovosa, per il resto ogni stagione è pronta a offrire la sua grande bellezza in questo trekking tutto da scoprire.

### 1° giorno

**Da Campiglia d'Orcia a Sarteano**
**Livello di difficoltà:** medio
Si parte dal Centro Ippico Il Cavalleggero, a Campiglia d'Orcia nel cuore dell'omonima valle per proseguire il viaggio nel Parco della Val d'Orcia riconosciuto Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO già nel 2004. Il trekking si snoda nella natura, protagonista assoluta di questa tappa che, nelle sue cinque ore abbondanti di percorrenza ci permette di ammirare tipici casali, viali di cipressi e colline sinuose. La giornata si conclude presso il Val d'Orcia Riding, una tenuta di 80 ettari pronta a ospitare e coccolare, nei suoi tre casali, cavalli e cavalieri affaticati da una giornata di viaggio. L'agriturismo offre una cena a base dei pregiati prodotti tipici della zona e un pernottamento da sogno.

### 2° giorno

**Da Sarteano a Buonconvento**
**Livello di difficoltà:** medio
Lasciato il podere tra le colline, dopo una riposante e silenziosa notte, riprende il cammino. La seconda tappa del viaggio ci spinge ancor più nel cuore del meraviglioso parco e ci permette di ammirare oltre ai paesaggi naturali, antichi borghi e monumenti, uno tra tutti, il Castello di Bibbiano che domina l'alta valle dell'Ombrone su un poggio a poca distanza da Buonconvento, un paesino molto grazioso nelle Crete Senesi. Proprio nei

La Toscana regala paesaggi unici al mondo, in particolar modo se possiamo ammirarli da cavallo

**SCHEDA TECNICA**

- **Durata:** 4 giorni
- **Lunghezza del percorso:** 90 km
- **Livello di difficoltà:** media
- **Partenza da:** Campiglia d'Orcia (SI)

**Dopo le giornate di trekking** i cavalli possono rilassarsi nei meravigliosi e verdi prati delle tenute che ospitano i viaggiatori.

Un trekking è speciale in tutte le stagioni. Ognuna, infatti, offre un paesaggio differente ma sempre suggestivo. Percorrendo il viaggio in estate è possibile cavalcare tra le sconfinate distese di girasole

pressi di Buonconvento si conclude anche il secondo giorno di questo affascinante trekking. Per i cavalli è tempo di ristoro presso le accoglienti scuderie del centro Il Destriero, ma è tempo di relax anche per i cavalieri che possono sostare in uno dei tanti agriturismi della zona tutti immersi nel verde e nella pace.

## 3° giorno

**Da Buonconvento a Mociano**
**Livello di difficoltà:** medio
Si riparte per la terza e più lunga tappa di questo trekking nel cuore della Toscana, che da un lato ha come protagonista le Crete Senesi, che regalano un suggestivo paesaggio collinare con delle viste quasi surreali e dall'altra parte la Val di Merse, un territorio selvaggio ricoperto di boschi e foreste e attraversato da numerosi corsi d'acqua. Questi boschi di roverella offrono ristoro e fresco nelle giornate calde e un riparo in quelle più fredde oltre che colori meravigliosi e natura incontaminata. Sul finire della terza tappa alle porte della città ma ancora completamente immersi tra le meraviglie dei colli senesi arriviamo a Mociano. Ad accoglierci per la terza ed ultima sera, l'Azienda Agricola la Chiusafarina che offre a cavalli e cavalieri ristoro e una serata all'insegna della toscanità.

## 4° giorno

**Da Mociano a Pietraviva**
**Livello di difficoltà:** medio
L'ultimo giorno di questo viaggio tra le meraviglie ci porta a Pietraviva. Siamo nel cuore della Val d'Ambra. Il territorio situato nella fascia dove le colline del Chianti toccano la valle superiore dell'Arno, lungo il percorso del torrente Ambra che si pone al centro di tre importanti città della Toscana: Arezzo, Siena e Firenze. Abbiamo il privilegio di cavalcare attraverso un paesaggio caratterizzato da colline coperte da una vegetazione di eriche, ginepri, lecci, corbezzoli e ginestre e alberi monumentali. Concludiamo questo viaggio presso le strutture del prestigioso Polo Club La Martina a Pietraviva. Questa cittadina, tutta da visitare, sorge su un colle a poca distanza dalla riva sinistra del torrente Ambra. In questo borgo antico è possibile immergersi in un'atmosfera fatta di storia e giovialità. ■

**Per saperne di più:**

Organizzazione
Guida Equestre Ambientale
Elisabetta Gentile - Cell. 393.9510855

SPECIALE

# Vacanze studio all'estero

**Studio della lingua ed equitazione è, da tanti anni, un'accoppiata scelta da molte famiglie soprattutto in Europa. Per molti ragazzi è il primo viaggio fuori casa, una full immersion da vivere appieno tra la passione per i cavalli, lo studio dell'inglese e l'incontro di nuovi amici**

NUOVA ZELANDA - REGNO UNITO - IRLANDA

# Corso di inglese più equitazione

**Per info**
VIVA INTERNATIONAL SRL
Piazza 5 Giornate, 15 - 20129 Milano
Tel. 02.87223212
info@vivasummercamp.it

**Un corso di inglese abbinato a un corso di equitazione rappresenta un'opportunità unica** per gli appassionati di cavalli e lingue straniere di unire due passioni in un'esperienza educativa avvincente.

Il programma **English + Horse Riding** offre un'esperienza completa che unisce l'apprendimento linguistico alla passione per i cavalli, permettendo agli studenti di crescere sia a livello personale che agonistico.

I nostri corsi di lingua + equitazione sono disponibili in Inghilterra e Irlanda da fine giugno ai primi di agosto 2024 e sono adatti a studenti dai 10 ai 17 anni.

**TRIMESTRE SCOLASTICO IN NUOVA ZELANDA + EQUITAZIONE**

- *Da metà luglio a fine settembre, frequenta una scuola superiore in una delle aree più belle e spettacolari della Nuova Zelanda.*
- *Vai a scuola da lunedì a giovedì, vivi ospitato da un'accogliente famiglia neozelandese.*
- *Ogni venerdì i ragazzi sono accompagnati al centro ippico e si occuperanno della cura del cavallo a loro assegnato. Le lezioni possono includere il salto ostacoli, il dressage o semplicemente una passeggiata a cavallo. L'accademia di equitazione ammette principianti e cavalieri esperti.*

Inquadra il QR Code

www.vivasummercamp.it

# TTF: studiare all'estero

## Per info

THE TRAVEL FAMILY
www.ttf-education.com - info@ttf-education.com
Cell. 375.5510099

www.thetravelfamily.it - info@thetravelfamily.it
Tel. 0721.1748086

**Studio della lingua inglese ed equitazione: questa proposta viene declinata in modi molto diversi.** The Travel Family offre la possibilità di trascorrere in Inghilterra e in Irlanda un breve periodo durante le vacanze, o di spostarsi a studiare in Inghilterra per un anno o addirittura due. La prima opzione prevede viaggi di minimo una settimana durante le vacanze scolastiche estive o pasquali, con alloggio nei centri equestri o in Boarding School. La seconda prevede un percorso scolastico vero e proprio con periodi che vanno dal singolo term (tre mesi) a un anno o a due, con la possibilità, volendo, di diplomarsi in Inghilterra. Gli studenti che scelgono questa via sono soprattutto quelli delle scuole superiori, ma è previsto anche per i ragazzi delle medie. In questo caso l'alloggio è all'interno di Boarding School. I percorsi equestri previsti sono differenti in base alle due opzioni, ma, ovviamente, variano anche in base al livello di equitazione e alle discipline che si intende praticare. Gli istruttori sono tutti qualificati dalla British Horse Society, federazione di fama mondiale, riconosciuta per fornire competenze a 360°, dal lavoro in sella, alla completa gestione del cavallo. Il viaggio all'estero è un grande arricchimento culturale ma è anche importante per acquisire indipendenza.

### SOGGIORNI ESTIVI

- *Viaggi studio inglese ed equitazione in Irlanda e UK per bambini e ragazzi provenienti da tutto il mondo.*
- *Alloggio presso il centro equestre o centro linguistico dove vengono offerti corsi di lingua e di equitazione, o presso una tradizionale Boarding School con centri equestri interni alla scuola.*
- *Lezioni di Inglese.*
- *Equitazione con un istruttore qualificato BHS (British Horse Society).*
- *Lezioni di equitazione da base ad avanzato: salto a ostacoli, cross country, passeggiate in spiaggia, sono alcune delle attività proposte.*
- *Nella maggior parte delle strutture, i ragazzi si occupano anche di accudire i cavalli in scuderia.*
- *Attività serali e gite culturali.*
- *Permanenza consigliata 2 settimane (con minimo di 1).*

**Vacanze studio o scuola** vera e propria all'estero oltre a full immersion equestri sotto l'occhio vigile di istruttori BHS.

### STUDIARE ALL'ESTERO

- *Percorso accademico in Irlanda e UK per ragazzi delle scuole medie e superiori.*
- *Boarding school nelle campagne inglesi.*
- *Possibilità di conseguire in due anni il diploma inglese A-levels, BTEC, o il diploma internazionale IB (Year 12-13) che permette l'accesso alle migliori università del mondo.*
- *Minima permanenza: un term (3 mesi).*
- *Molte materie tra cui scegliere per poter affinare e personalizzare il proprio curriculum.*
- *Possibilità di ottenere, oltre al diploma A-levels, il diploma in Horse Management (BTEC Level 3).*
- *Centri equestri approvati dalla British Horse Society.*
- *Esclusive Accademie di equitazione per gli studenti della scuola.*
- *Scuderie interne.*
- *Salto ostacoli con arene esterne e interne.*
- *Possibilità di portare il proprio cavallo o usare quelli della scuola.*
- *Cavalieri di tutti i livelli.*
- *Dressage, salto ostacoli, cross country, cura del cavallo a 360°.*

# TSA: viaggi studio

**L'inglese attraverso la passione per il cavallo: corsi di inglese abbinati a corsi di equitazione a tutti i livelli. TSA Viaggi Studio è specializzato in partenze individuali in prestigiose Boarding School, ovvero scuole con vitto e alloggio, connotate da un'elevatissima internazionalità.**

TSA propone le Horse Riding Academy che si tengono in Boarding School specializzate in sport equestri che dispongono di maneggi accreditati (UK accredited). Le academy di equitazione sono pensate per ragazzi e ragazze che amano i cavalli, desiderano apprendere l'Inglese attraverso la passione per l'equitazione ed essere circondati dalla natura della meravigliosa campagna inglese.

Le Horse Riding Academy sono diversificate a seconda delle preferenze e delle abilità individuali e prevedono il seguente programma: il passo, il trotto, il galoppo, hacking, cross-country e jumping.

Per i principianti sono previste anche lezioni di cura del cavallo (ad esempio come strigliarlo e sellarlo), la scelta dell'equipaggiamento, la sicurezza e la cura della scuderia. Gli insegnanti sono tutti istruttori specializzati con pluriennale esperienza.

Le Boarding School accolgono studenti provenienti da tutto il mondo individualmente, ponendo dei limiti per ogni nazionalità presente e il vincolo del mix internazionale in aula e in camera, così da garantire a ogni studente un'esperienza con coetanei in grado di interloquire tra loro solo attraverso la lingua inglese, che diventa la naturale forma espressiva di ogni studente, contribuendo ad una crescita personale attraverso l'interazione con il mondo che lo circonda.

**Equitazione e studio della lingua inglese** in Boarding School accreditate per una full immersion internazionale.

info@TSAssociation.com
www.TSAssociation.com

**Per info**

**TSA**
www.TSAssociation.com
info@TSAssociation.com
Tel. 015.20599

## CORSI HORSE RIDING PLUS

*Al mattino: da 15 a 22,5 ore la settimana di Inglese: le lezioni si pongono l'obiettivo di sviluppare sicurezza ed indipendenza attraverso l'apprendimento di argomenti di interesse, la creatività e il divertimento, con attività definite Dynamic Learning.*

*Dopo pranzo ha inizio l'Accademia di Equitazione, tenuta da istruttori professionisti di madrelingua inglese, con lezioni da 5 a 15 ore alla settimana. In alcune scuole è possibile optare per la no-aula Option, ovvero seguire la Horse Riding Academy con 15 ore la settimana di equitazione e 15 di altro sport o attività artistica.*

*Tutto il soggiorno è caratterizzato dalla impostazione Full Multi Activity Programme: l'Inglese viene appreso attraverso programmi Breakfast-to-Bedtime, dalla colazione all'ora del sonno, e attraverso attività interdisciplinari Attività Serali: attività interdisciplinari di giochi e feste, e l'apprendimento della lingua continua fino all'ora del riposo: disco, quiz, karaoke, fashion show.*

Inquadra il QR Code

info@TSAssociation.com www.TSAssociation.com

# Summer Camp Inglese con equitazione

**Il mix perfetto di lingua inglese e passione equestre con Master Studio, tour operator italiano leader nel settore che offre vacanze studio per junior dai 12 ai 17 anni durante il periodo estivo, tra le altre esperienze formative all'estero come anno scolastico, semestre e trimestre, corsi di lingua per universitari e professionisti.**

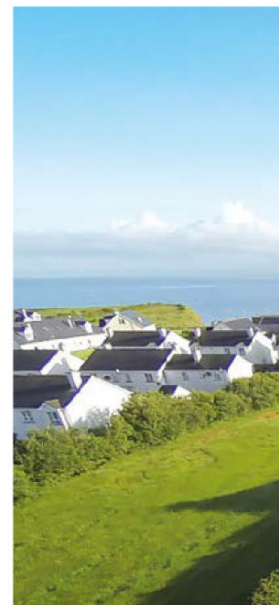
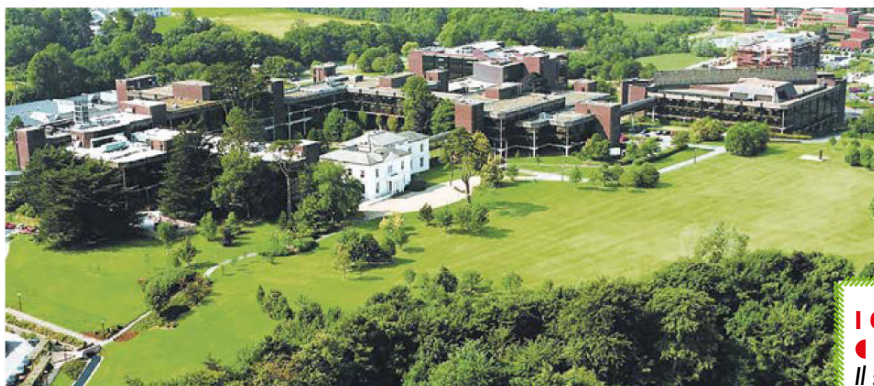
È possibile migliorare l'inglese praticando il proprio sport preferito insieme ad altri ragazzi di diverse nazionalità con la stessa passione. Per questo Master Studio ha pensato ad una vasta offerta di programmi che abbinano il corso di lingua a diverse attività sportive, tra cui l'equitazione.

Know-how, competenza, qualità delle offerte, professionalità, assistenza e soddisfazione dei clienti, sono le parole chiave che definiscono le proposte di Master Studio e che fanno la differenza.

Immagina di galoppare attraverso verdi colline o lungo la costa, mentre impari l'inglese in modo coinvolgente e divertente. I corsi di lingua sono pensati per adattarsi alle tue esigenze, affinando le tue competenze linguistiche, mentre perfezioni le tue abilità equestri sotto la guida attenta di istruttori professionisti.

Non solo imparerai l'inglese, ma avrai anche l'opportunità di approfondire il linguaggio tecnico specifico dell'equitazione. Dai comandi alle nozioni avanzate, sarai immerso in un ambiente che ti consentirà di padroneggiare il linguaggio affascinante dell'universo equestre in lingua inglese.

Sarai inserito in un gruppo di studenti provenienti da tutto il mondo, uniti dalla stessa passione per i cavalli. Sarà un'esperienza di apprendimento unica, non solo in termini di equitazione e lingua, ma anche per le amicizie internazionali che si formeranno.

@masterstudio._ | Master Studio - Programmi Formativi all'Estero | @masterstudio_

**Per info**

MASTER STUDIO
Via Giorgio Washington, 1
20146 Milano
Tel. 02.29533748

**I CENTRI TRA CUI PUOI SCEGLIERE**

***Regno Unito: BATH***

*Il soggiorno si svolge in una tradizionale Boarding School privata molto prestigiosa immersa nel verde. La scuola offre un programma di 15 ore di lezioni di inglese e 6 ore di Horse Riding a settimana.*

***Regno Unito: OAKHAM***

*Non lontano da Cambridge, si è guadagnata negli anni una reputazione di eccellenza accademica e sportiva. L'Horse Riding Camp include il corso di lingua di 15 ore e 3 mattine o pomeriggi alla settimana di lezioni presso il Somerby Equestrian Centre.*

***Irlanda: WILD ATLANTIC WAY***

*Il college si affaccia sull'oceano e le lezioni sono basate sul metodo Project Based Learning. La scuola offre 15 ore di lezioni di lingua e 5 sessioni di equitazione alla settimana, che comprende 1.5 ore di lezione più la cura del cavallo al giorno. L'attività prevede uscite in spiaggia e dune di sabbia oltre alle lezioni nel rettangolo con salti. È un programma pensato per cavallerizzi esperti. La sistemazione è prevista in host family.*

***Irlanda: MALAHIDE***

*Nella costiera vicino a Dublino, la scuola si trova in centro città con alloggio previsto in famiglia. Prevede 15 ore di lezioni di inglese e 4 pomeriggi a settimana dedicati allo sport in un centro equestre poco distante dalla scuola. Gli studenti sono divisi in 3 livelli a seconda della loro abilità: beginners, intermediate e advanced. Questa scuola propone alcune lezioni chiamate Intercultural Teenager Program a cui parteciperanno anche studenti irlandesi.*

***Irlanda: THURLES***

*Il programma si svolge in un centro equestre a circa 2 ore da Dublino. Il centro ha una ampia varietà di esemplari per ogni livello di esperienza e a ciascuno sarà affidato il proprio cavallo per l'intero soggiorno. Prevede un corso di inglese di 7 ore e mezza ogni settimana e due lezioni di equitazione al giorno (eccetto la domenica). In questo caso la sistemazione sarà presso il centro equestre.*

**Master Studio è uno dei tour operator leader nel settore.** Offre Corsi di Lingue all'estero durante tutto l'anno per adulti 16+, Anno Scolastico all'estero, Family Program e Educational Experience per junior durante il periodo estivo.

www.masterstudio.it/vacanzestudio/inglese-sports-and-arts/vacanze-studio-equitazione/

# Vacanze equestri in Irlanda

### DESTINAZIONI PER RAGAZZI

- *West coast (Donegal): equitazione a tutto tondo per un livello da principiante a medio, passeggiate sulla spiaggia, piccoli salti, un po' di cross-country e tanti giochi. Ottima la scuola di inglese. Fino a 100 ragazzi a settimana.*
- *Appena fuori Dublino: meta super per il salto ostacoli, da principiante ad avanzato, con un bellissimo maneggio coperto e un massimo di 12 ragazzi stranieri a settimana e dunque molta attenzione individuale. Per quanto riguarda l'inglese si punta soprattutto sulla conversazione.*
- *West coast (Sligo): meta super per il salto ostacoli, da poco più che principiante a molto avanzato; tre programmi di livello diverso per accontentare tutti. Lezioni molto tecniche e un bellissimo percorso di cross country. Fino a 50 ragazzi a settimana e divertimento assicurato.*
- *A un'ora da Dublino (County Wicklow): meta fantastica per il cross country, ma ottima anche per il salto ostacoli. A conduzione familiare, adatta anche ai più piccoli, con pony e cavalli veramente super. Il corso di inglese è facoltativo. Massimo di 20 ragazzi stranieri a settimana.*

**Proponiamo vacanze studio per tutte le età e i livelli di inglese ed equitazione.** I centri possono soddisfare le esigenze di tutti i tipi di cavalieri e amazzoni e per tutti i livelli di lingua. Si differenziano tra loro principalmente per discipline equestri: salto ostacoli, cross country, lavoro in piano, passeggiate, trekking, horsemanship. Le proposte di Vacanzequestri permettono di accostare a ogni programma il corso di inglese, anche in questo caso calibrato in base all'allievo. Il tutto ovviamente potendo contare sull'affidabilità, la forza e il cuore dei cavalli e pony irlandesi, di istruttori super qualificati, insegnanti di inglese certificati, e la famosa accoglienza irlandese.
Tutto questo sarà possibile affidandosi ai

info@vacanzequestri.com www.vacanzequestri.com

consigli di Francesca, viaggiatrice, donna di cavalli, istruttrice nonché mamma, la cui consulenza è del tutto gratuita.

**Ragazzi:** I programmi per ragazzi non accompagnati dagli 8 ai 19 anni sono veramente un sogno con circa 3 ore in sella e 2/3 ore di corso di inglese al giorno, escursioni, surf da onda, multiactivity, gite in luoghi storico-culturali, molto spazio per la socializzazione con ragazzi di molti Paesi diversi. I programmi all inclusive comprendono anche l'accompagnamento sui voli dall'Italia e rientro.

**Adulti:** I programmi per adulti sono adatti tanto agli esperti quanto a chi vuole avvicinarsi da zero ai cavalli, con passeggiate tra boschi e panorami mozzafiato, galoppate in riva all'oceano, ma anche salto ostacoli, cross-country e lavoro in piano. Per le famiglie con i bambini più piccoli si possono fare anche bellissime passeggiate portando a spasso un asinello.

**Equitazione e inglese per ragazzi e adulti** in un Paese noto per i suoi paesaggi, la sua cultura equestre e la sua accoglienza: l'Irlanda.

**Per info**

**VACANZE EQUESTRI**
www.vacanzequestri.com
info@vacanzequestri.com
Francesca Maragno
Cell. 329.6683030

**DESTINAZIONI PER ADULTI E FAMIGLIE**

- *West coast (Galway): una vera e propria fattoria, con maneggio e tantissimi cavalli, percorsi per trekking bellissimi, cross country di livello avanzato, passeggiate in totale relax, horsemanship, ma anche orto e cucina biologica e un gran mix di nazionalità.*
- *West coast (Donegal): vacanza in famiglia, equitazione per tutti e corsi di inglese da livello principiante a business, attività per tutta la famiglia, alloggi in B&B oppure presso host families.*

info@vacanzequestri.com www.vacanzequestri.com

# Vento del Sud

**Elegante, nobile, bellissimo, senza il PSA non esisterebbe nessun cavallo da sella. Conosciamo la sua storia**

**Il Purosangue Arabo può essere definito, senza peccare di presunzione, il padre di tutte le razze, quelle da sella se non altro.** Le sue eccellenti qualità, infatti, hanno fatto sì che non esista Paese al mondo in cui gli allevatori non si siano affidati al prezioso sangue di questo cavallo per 'migliorare' la razza, ovvero per apportare qualità alle razze di cui, in luoghi e tempi differenti, si stavano occupando.
Qual è, quindi, l'ingrediente che ha reso il PSA così speciale? Il segreto risiede nelle sue origini. È infatti nato in condizioni climatiche talmente estreme che solo i più forti, i più dotati, fisicamente e mentalmente, sono riusciti a sopravvivere forgiando un cavallo che per forza, resistenza, adattabilità, versatilità e testa non ha pari e per di più è di una grazia unica.

## Secoli di storia

Cultura, religione, mistero e leggenda si mescolano senza sosta quando si parla dell'origine del PSA. Il legame tra questo affascinante cavallo e le civiltà preislamiche, prima, e islamiche, poi, è indissolubile.
È difficile dare una data precisa alla nascita di una delle più antiche, se non la più antica razza del mondo, quello che è certo è che si tratti della prima razza allevata in modo razionale, studiando attentamente e con precisione le linee di sangue. Le prime testimonianze della presenza di questi cavalli a fianco dei beduini risalgono al 3000 a.C., epoca in cui ancora non era possibile avvalersi di testimonianze scritte ma tradizioni e linee di sangue venivano trasmesse oralmente dai saggi delle tribù. Siamo nella penisola araba, terra difficile, dal clima ostile in cui è stata la selezione naturale la prima ad intervenire nel creare quello che oggi conosciamo come Purosangue Arabo. Solo gli animali più forti, sani e resistenti, infatti, sarebbero riusciti a sopravvivere.

**Colpisce per la sua bellezza**, ma entra nel cuore degli appassionati per la sua incredibile intelligenza, il PSA è un cavallo magico.

Una grande dote di questa razza è la versatilità. Eleganza, resistenza, agilità e intelligenza, fanno del PSA un compagno perfetto per svariate discipline

## Un legame profondo

Questi cavalli misteriosi, magnetici e docili hanno intrecciato la loro storia a quella dell'uomo in modo unico. L'ambiente del deserto, infatti, non era ostile solo per i cavalli, ma anche per i loro compagni umani, ovvero i beduini, la cui sopravvivenza in battaglia, nella conquista di bottini o di nuovi territori, dipendeva dalla prontezza e dalla salute dei loro destrieri. Quando ad unire un uomo al suo cavallo è questione di vita o di morte il legame che si crea è speciale.

## Girls Power

La dedizione nei confronti dell'allevamento da parte dei beduini era certamente incentrata sugli stalloni, selezionati rigorosamente per diventare ottimi riproduttori, ma ancor più attenzione era rivolta alle linee femminili, veri capisaldi dell'allevamento PSA. Se la purezza della razza, infatti, era legata allo stallone, le femmine erano ritenute un bene inestimabile. Più gestibili, fedeli e silenziose, le femmine erano le uniche ad accompagnare i beduini in battaglia. Per

## Ok rubare, ma...

**Tra i beduini era consuetudine cercare, e spesso riuscire, a rubare i migliori tra i cavalli delle altre tribù.** A furto avvenuto, tuttavia, veniva inviato un messaggero ad informarsi sulla genealogia del cavallo acquisito, e questa veniva fornita con precisione. Del resto degli errori di allevamento avrebbero potuto danneggiare l'intera razza... e dai PSA dipendeva la vita delle tribù, sarebbe stato un vero e proprio sacrilegio!

## I cavalli di Napoleone

**Napoleone Bonaparte fu un grande amante del Purosangue Arabo e i suoi più famosi cavalli come Le Vizir e Marengo erano PSA.** Il grande condottiero francese li prediligeva su tutti gli altri cavalli per il loro coraggio, la loro resistenza, il loro scatto e la loro affidabilità e aveva organizzato una scuderia di una cinquantina di soggetti, di prevalenza grigi, che venivano addestrati per lui. Ai suoi arabi Napoleone dovette spesso la vita: fu grazie alle attitudini di questi cavalli se in tante occasioni il Generale riuscì a portare a casa la pelle.

questi motivi le cavalle venivano addirittura allevate con una dieta a base di latte di cammella e datteri e dormivano all'interno delle tende dei compagni umani. Gli Arabi puri di oggi derivano da tre linee di sangue, discendenti da Al Khamsa e cioè 'le cinque' un gruppo di fattrici prescelte, stando alla leggenda, direttamente da Allah. Da queste cavalle, quindi, si svilupparono cinque linee di sangue note come Keheilan, Seglawi, Abeyan, Hamdani e Hadban. Secondo fonti più recenti le vere linee di sangue sono solo tre e cioè Kehilan, Seglawi e Muniqi, ognuna con caratteristiche tipiche. Kehilan è resistente e potente, Seglawi la più femminile ed elegante, e Muniqi caratterizzata da grande velocità.

## Fra miti e leggende

La storia del Purosangue Arabo, seppur documentata in modo preciso dalle linee di sangue, si perde tra le leggende dal sapore mediorientale che rendono ancora più misterioso il fascino di questi cavalli. Una prima leggenda beduina in merito all'origine di queste creature meravigliose vuole che sia stato lo stesso Allah a dire al Vento del Sud: "Diventa carne e io farò di te una nuova creatura in onore del mio sacro Nome e per la sconfitta dei miei nemici, affinché tu sia il servitore di tutti quelli che mi sono sottomessi". E il Vento rispose: "Signore, che sia fatta la tua volontà". Allora Allah prese una manciata di Vento del Sud vi soffiò sopra e creò il cavallo dicendo: "Il tuo nome sarà Arabo, la virtù risiederà nel ciuffo della tua fronte e porterai sulla tua groppa il bottino sottratto ai tuoi nemici. È te che ho scelto fra tutti gli animali e farò del tuo padrone il tuo amico. Ti ho dato il potere di volare senza le ali, sia all'attacco che in ritirata; metterò sul tuo dorso uomini che mi loderanno e mi glorificheranno". Un'altra antica leggenda, invece, lega l'origine dei PSA a Maometto che, in un tempo ormai perso, si era fermato a riposare sotto a un cielo pieno di stelle, decise di mettere

A partire dai primi giorni di vita si riconoscono i tratti distintivi dell'Arabo. Anche da Foal riesce ad essere nobile e aggraziato

## Bello corto

**I PSA sembrano più corti degli altri cavalli perché... lo sono!** Se normalmente un cavallo ha 18 costole, 6 vertebre lombari e 18 caudali, l'Arabo ha in linea di massima, ma non sempre, 17 costole, 5 vertebre lombari e 16 caudali. Il portamento della coda altissima e spesso rovesciata e il movimento estremamente leggero e aggraziato per cui sembra che fluttui senza toccare terra dipendono da questa caratteristica.

## A chi rivolgersi

L'ANICA, Associazione Nazionale Italiana Cavallo Arabo, è stata fondata a Roma il 12 novembre 1979 ed è stata riconosciuta ufficialmente dalla W.A.H.O. (World Arabian Horse Organization) nel 1982, anno nel quale è stato pubblicato il primo volume dello Stud Book (Libro Genealogico) del PSA in Italia.

**A.N.I.C.A.**
Via delle Basse, 1/1 A
43044 Collecchio PR
Tel. 0521 805250

**ATTITUDINE**
- Show
- Turismo Equestre
- Endurance
- Avviamento allo sport

# CONOSCIAMOLO MEGLIO

## Carta d'identità

**Testa:** piccola e aggraziata con profilo camuso
**Occhi:** grandi e dolci
**Orecchie:** piccole ed eleganti
**Muso:** particolarmente piccolo ma con narici grandissime
**Collo:** naturalmente arcuato e attaccato alto
**Spalla:** ben inclinata
**Garrese:** poco pronunciato
**Petto:** largo e forte
**Linea dorso-lombare:** corta
**Groppa:** rotonda e forte con coda attaccata e portata alta
**Coda:** portata altissima
**Torace:** ampio e profondo
**Arti:** ben muscolati e con articolazioni larghe
**Piedi:** piccoli e rotondi
**Addome:** piuttosto retratto
**Zoccoli:** piccoli e durissimi

## Le caratteristiche

**Tipo:** dolicomorfo
**Altezza al garrese:** da 145 cm fino a 156 cm
**Peso:** dai 380 kg ai 490 kg
**Costituzione:** esile e resistente
**Carattere:** nevrile ma estremamente intelligente e padrone di sé
**Mantello:** tutti, ma particolarmente diffusi sono il mantello grigio, il sauro e il baio
**Andature:** si muove leggero come una piuma e ha piede estremamente sicuro
**Modello unico:** la testa del PSA è unica, con fronte convessa e larga, naso all'insù e ganasce forti.

alla prova le sue cavalle per vedere se gli fossero davvero fedeli. Le lasciò per tre giorni senza acqua e quando le liberò, tutte si diressero verso il fiume per abbeverarsi. Poco prima di raggiungere la fonte, però, le richiamò a sé ma solo cinque di queste si diressero immediatamente verso il loro padrone malgrado la sete. Allora Maometto, impressionato da questo comportamento marchiò su di esse una spiga, per distinguerle dalle altre. Ancora oggi questa spiga si può vedere nei cavalli che mostrano uno standard di razza eccezionale, un simbolo chiamato 'il germoglio di Maometto'.

## Uno come nessuno

È riduttivo pensare di rinchiudere tutte le doti di questo cavallo in una sola parola, ma se ci volessimo provare quella da usare sarebbe versatilità, ovvero la dote di saper fare tante cose… e bene! L'Arabo nasce come cavallo 'da fondo'. La sua caratteristica principale è cioè la resistenza, che ha sviluppato in tanti secoli di condizioni difficili, corredata da un piede sicuro che gli permette di sentirsi a suo agio su ogni terreno. Questo fa di lui il re tra i cavalli da endurance, ma si tratta solo di una delle sue specialità. Si tratta anche di un cavallo incredibilmente veloce e scattante, queste qualità fanno di lui un grande cavallo da corsa. Per questo negli Stati Uniti, ma non solo, esiste un circuito di corse dedicato proprio a questi cavalli dall'aspetto elegante. Intelligenza e affidabilità, poi, non mancano di certo nel PSA, si tratta, infatti, di un cavallo capace di prendersi cura del suo compagno umano in ogni condizione. Per questo molti esemplari di questa razza vengono allevati e addestrati per i trekking. Non è tuttavia raro vedere un Purosangue Arabo cimentarsi nelle classiche discipline dell'equitazione inglese o americana, del resto le qualità per eccellere non mancano. Ciò che però colpisce maggiormente, ciò che fa davvero innamorare di questi cavalli dal 'naso all'insù' non è solo la bellezza mozzafiato ma anche, se non maggiormente, la spiccata arguzia, la capacità di analizzare ogni situazione e agire di conseguenza. Chiunque li conosca lo può affermare, nessun amico è più affidabile di un PSA. ■

Il caratteristico muso con 'naso all'insù' tipico dei PSA si definisce camuso, ovvero con il profilo anteriore leggermente concavo

**I cavalli sono animali che, in natura, vivono in branco. Comprendere i loro rapporti reciproci è la chiave per imparare a conoscerli**

Testo di Marco Bellotti

# Tutti insieme

**Dal punto di vista umano la vita da branco, dove esiste una gerarchia stabilita, è difficile da comprendere appieno, eppure per i cavalli è normale.** Tranquillità è essere all'interno del branco, infatti, il cavallo, preda per natura, ha bisogno del ruolo che il branco svolge per sentirsi al sicuro. Ogni cavallo, all'interno del branco, ha un ruolo stabilito che ricopre in base alle competenze che meglio gli si addicono. Molti studi etologici dimostrano che raramente il ruolo del cavallo si modifica all'interno del branco, per tanto le strutture sociali in esso si possono definire stabili. Impariamo ad osservare i nostri cavalli in branco. Si tratta di una chiave di lettura unica per imparare a conoscerli e capirli sempre meglio.

## Gruppo famiglia e harem

Osservando attentamente i branchi di cavalli è possibile distinguerne due tipologie. La prima è quella del branco natale, ossia un gruppo familiare, quindi stallone e femmina, figli ed eventuali gregari o anziani. La seconda tipologia, spesso più comune, è quella che viene definita harem. In questo caso il gruppo sociale è formato da uno stallone dominante su tutti, le sue femmine, gli altri maschi e i puledri. Spesso i gruppi che formano i nostri cavalli sono di questa tipologia.

## Leader di competenza

In un branco le gerarchie sono ben stabilite, questo perché, in caso di pericolo o per dare qualunque tipo di indicazione, deve essere ben chiaro a tutti chi sia il leader capace di prendere le decisioni, quello da seguire senza dubbi o discussioni. Questo è il ruolo del leader, tuttavia all'interno del branco ognuno ha delle competenze specifiche ed è leader in quella 'materia'. Imparare a vedere e capire il ruolo di ognuno all'interno del branco è utilissimo per costruire

### ALLO STATO BRADO

Per poter osservare un vero e proprio branco di cavalli che si autoregola dovremmo concentrarci su animali che vivono allo stato brado, per esempio i Mustang negli Stati Uniti. Non essendoci interferenze da parte di noi umani questi cavalli stabiliscono ranghi e gerarchie in modo totalmente autonomo. Tra i cavalli che vivono insieme in un paddock si formano dei veri e propri branchi con gerarchie e ranghi ma, ovviamente, c'è il coinvolgimento umano, quanto meno perché siamo noi a 'imporre' i diversi soggetti che si trovano a comunicare l'uno con l'altro.

### FACCIAMO ATTENZIONE

Un branco di cavalli ci dice gran parte delle cose che abbiamo bisogno di sapere per approcciare con loro in modo etologico, etico e naturale.

**Nelle dinamiche di branco** un cavallo che decide di imporsi come leader sfida un suo simile con impennate, lotte e raspate. I due lottano, senza mai esagerare, sino a che uno dei due cede.

**SPAZIO**

Per poter studiare le dinamiche di branco è necessario che i cavalli abbiano tempo e spazio. Non dobbiamo avere fretta, la conoscenza richiede tempo e ritualizzazione. Inoltre assicuriamoci che il nostro branco goda di spazio sufficiente per potersi muovere e conoscere utilizzando la prossemica, ossia l'allontanarsi e avvicinarsi l'uno all'altro.

**Assicuriamoci di avere paddock** di grandezza adeguata e di mettere insieme sempre gli stessi cavalli così che possano essere un branco.

una comunicazione ben precisa tra cavallo e umano che, ricordiamocelo sempre, parlano due lingue diverse. In base alle competenze, quindi, il leader può delegare un altro membro del branco in merito al contesto. A dirigere le attività di mantenimento, come ad esempio dormire, muoversi e mangiare, è spesso una femmina esperta, mentre il leader da seguire in caso di minaccia è il capobranco.

## Un parlare continuo

All'interno del branco i cavalli comunicano in continuazione tra di loro. Lo fanno tramite movimenti, espressioni del muso, linguaggio del corpo e prossemica. Tutte queste cose

## SICUREZZA

Il branco è sicurezza, nel momento del pericolo avere un leader da seguire è necessario per la sopravvivenza. Allo stato brado i branchi di cavalli sono spesso veri e propri gruppi familiari formati da padre, madre, giovani, puledri ed eventuali aggregati.

sono osservabili anche dall'occhio umano, se un po' allenato. Quindi possiamo notare che se un cavallo si avvicina a un altro con fare sicuro, ovvero con una postura 'alta', le orecchie dritte, senza abbassare il collo, e l'altro soggetto lo lascia passare, allora il primo sarà di rango superiore. Viceversa se un cavallo che desidera brucare in un determinato punto si avvicina ad un altro cavallo e questo indietreggia, o il secondo soggetto appartiene a un rango inferiore, o vuole indicare un cambio di direzione. Tutte queste dinamiche sono naturali per i cavalli, li rendono tranquilli e coesi, e ricordiamocelo: la coesione è un'assicurazione sulla vita!

**Ogni movimento,** all'interno del branco, ha un significato preciso in merito al ruolo che ricopre ogni soggetto.

## Gruppi stabili

Per poter effettuare tutte queste osservazioni sui nostri cavalli, quindi per imparare a conoscerli meglio ed impostare con loro un approccio etologico e rispettoso, è necessario lasciare loro del tempo. Perché possano conoscersi, misurarsi e stabilire le gerarchie all'interno di un branco formato da noi. Sfruttiamo questo tempo per capire i comportamenti di ognuno all'interno del gruppo, impariamo a conoscere le competenze e le modalità di ognuno sia come individuo in sé che come individuo all'interno del branco. Più capiamo della lingua dei cavalli più saremo capaci di farci capire da loro e di meritarci la loro fiducia. ■

**Conoscere la comunicazione** tra i cavalli ci permette di comprendere le loro dinamiche, capirli meglio e instaurare un corretto rapporto tra noi e loro.

Per saperne di più

Marco Bellotti, esperto conoscitore del metodo WMH, tiene clinic in tutta Italia per diffondere il suo sapere etologico.
Marco Bellotti - Cell. 351.6739160
https://equestri.it - www.facebook.com/wmh.etologia
www.facebook.com/marco.bellotti.5268750

W·M·H

# Davanti allo specchio

**Quello che i cavalli vedono, quando ci osservano, è quello che siamo veramente. D'innanzi a loro non possiamo mentire**

Testo di Federico Gatti e Jessica Novelli
Foto di Noemi Emanuela Deliperi e Octave Bernard

**Captare al volo l'ambiente che lo circonda è una dote innata, oltre che di vitale importanza, per il cavallo.** Ricordiamoci sempre la sua natura di preda che lo spinge ad essere sempre vigile attento e... estremamente sensibile. Eh sì perché capire le sfumature può essere determinante per un cavallo e questa dote spicca anche nel suo rapporto con noi. Quante volte ci è capitato di notare che il nostro amico a quattro gambe è come se ci leggesse nell'anima? In effetti è proprio quello che accade, sanno capire i nostri più reconditi stati d'animo e reagiscono di conseguenza, come maestosi e meravigliosi specchi.

## Senza veli

È una cosa che lascia sempre a bocca aperta. Tutte le volte in cui lo stesso cavallo, con due persone diverse, in sella o a terra, si comporta come se fosse un cavallo diverso. Magari nervoso, teso e aggressivo con una e calmo e sensibile alle richieste con l'altra. E non è questione di competenza, o almeno non si tratta solo di competenze tecniche. In ogni momento insieme, infatti, ci misurano con l'accuratezza di creature la cui sopravvivenza è dipesa dalla sua capacità di leggere l'ambiente circostante. È che il cavallo non fa distinzione tra quello che prova e quello che esprime. Se un cavallo è spaventato, nervoso, confuso, depresso o rilassato, puoi stare certo che lo vedrai esattamente

**I cavalli sono puri,** non hanno tutte le maschere e i preconcetti che quotidianamente ci accompagnano, per questo non mentono mai, sono sempre sinceri.

### ALLENA LA MENTE

Poter condividere la vita con i cavalli è un onore, cerchiamo quindi di migliorare noi stessi per migliorare il nostro rapporto con loro. Proprio perché captano e rispecchiano le nostre emozioni sforziamoci, quando andiamo in scuderia, di lasciare fuori dai cancelli i nostri problemi e di concentrarci, come fanno loro, sul qui e ora serenamente.

Se impariamo ad approcciare i cavalli con il candore di un bambino, impariamo anche a migliorarci non solo nel rapporto con loro, ma anche nella nostra vita quotidiana.

### SONO IO CHE SBAGLIO!

Senza parlare di colpevoli, poiché nessuno all'interno del binomio ha colpe, concentriamoci invece sulla responsabilità. È infatti nostro compito assicurarci che le cose con il nostro equino vadano per il meglio. Questa capacità innata di leggerci come libri aperti e di comportarsi in maniera speculare, porta i nostri amici ad essere estensioni del nostro stato d'animo. Se qualcosa non va, quindi, non arrabbiamoci, al contrario, fermiamoci un attimo a pensare al nostro atteggiamento e cambiamo il tiro.

nello stato in cui si trova. I cavalli non fingono emozioni, l'atteggiamento e il comportamento che vedi corrispondono esattamente allo stato in cui sono in quel momento, quello che vedi è quello che sono. E chiedono a noi la stessa trasparenza, gli stessi standard di comportamento che noi, come esseri umani, dobbiamo sforzarci per mantenere ma che tutti vorremmo avere.

## Per loro

I cavalli ci chiedono di essere rilassati, animati da una forza calma e morbida, di comportarci in modo coerente, di essere empatici e continuamente presenti. Ci chiedono di essere la versione migliore di noi stessi. Essendo così sensibili alle nostre emozioni, ai nostri dubbi e alle nostre paure, ci aiutano a guardare in noi come se fossero un nobile ed ingombrante specchio. La parte più difficile dell'equitazione, quindi, non è l'addestramento del cavallo ma capire chi siamo e chi dobbiamo diventare.

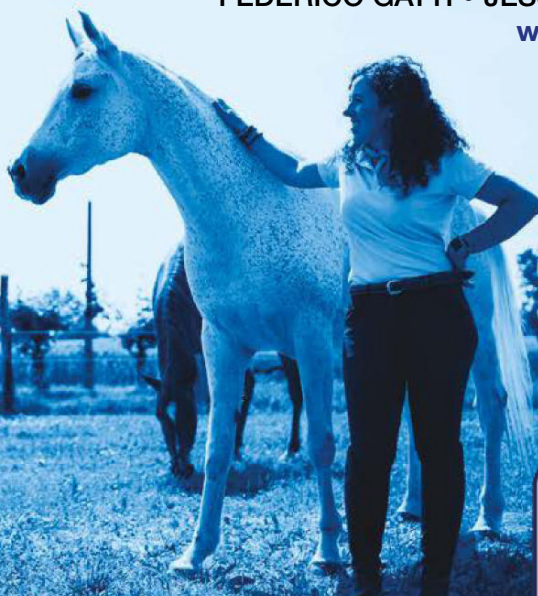
Per costruire un vero rapporto con il nostro cavallo iniziamo a spogliarci di malumori e problemi superflui quando è il momento di dedicarci a loro. Diventeremo una cosa sola.

## Giù la maschera

Per poter insegnare al cavallo ad essere calmo ma allo stesso tempo reattivo, diventando un partner di cui possiamo fidarci in ogni situazione, dobbiamo prima avergli dimostrato che noi abbiamo quelle stesse qualità, non possiamo semplicemente far finta di possederle sperando che non veda la maschera che indossiamo per nascondere i nostri conflitti interiori e le nostre paure.
Con un cavallo non puoi fare finta, quello che vede è quello che sei veramente.
E quando il cavallo ci vedrà rilassati, centrati e con la padronanza della situazione, le altre persone ci vedranno allo stesso modo, anche quando non saremo in scuderia e senza cavalli in giro.
Perché questa è roba che cambia la vita ma che, come tutte le cose di valore, non si può ottenere dalla sera alla mattina.
È un grandissimo dono riservato solo a chi ha l'umiltà, il coraggio e la pazienza di mettersi in discussione per intraprendere un cammino personale di crescita e di studio che può portare risultati straordinari per il cavallo e per il cavaliere. ■

**Quando un cavallo è arrabbiato** lo notiamo immediatamente, sono molto chiari nella comunicazione e, per capirci meglio, ci chiedono di fare lo stesso con loro.

**Per saperne di più:**

Federico Gatti e Jessica Novelli sono i fondatori di Equestri. Il loro obiettivo? Formare cavalieri che desiderano raggiungere una vera connessione con il cavallo. Equestri propone corsi e stage mirati in base alle necessità e ai campi di interesse. Sul loro ricco sito web sono pubblicati anche una serie di interessantissimi articoli.
È inoltre possibile iscriversi alla loro newsletter.
https://equestri.it

# Aspettando il dottore

**Con i cavalli non si sa mai! Organizziamo una cassetta di pronto soccorso piena di tutto l'occorrente per il primo intervento**

**Chi ha a che fare con i cavalli lo sa bene, sono degli specialisti per cacciarsi nei guai!** Fortunatamente spesso si tratta di guai poco seri, ma non sempre è così. Tagli, abrasioni, punture di insetti, malesseri vari sono all'ordine del giorno con i nostri grandi amici equini. Conviene quindi essere pronti a tutti gli inconvenienti per poter intervenire tempestivamente in caso di infortunio. Ovviamente non dobbiamo mai pensare di poterci sostituire a un veterinario, ma è buona cosa saper intervenire in attesa del suo arrivo. Inoltre poter fornire, anche telefonicamente, alcuni

parametri, può aiutare il dottore a farsi un'idea del problema e intervenire in modo efficace. Vediamo dunque cosa non può mancare per una cassetta di pronto soccorso a prova di cavallo.

## Kit da manuale

Esistono diversi tipi di cassette di primo soccorso, possiamo trovarle già pronte, oppure possiamo acquistare tutto l'occorrente e assemblarle noi stessi. Qualunque sia la nostra scelta assicuriamoci che non manchi materiale.

### ➤ LAMPADE DA TESTA

Può sembrare una sciocchezza ma quando si tratta di primo intervento una buona visuale è fondamentale. Procuriamoci quindi un paio di lampade LED da testa, quelle che solitamente utilizzano i ciclisti o gli scalatori, è molto utile per illuminare a dovere la zona di intervento. Procuriamocene due, una possiamo utilizzarla noi e una un amico che ci può dare una mano. Intervenire in coppia è sempre più rassicurante e sicuro.

**PAROLA D'ORDINE: TEMPESTIVITÀ**

Quando succede qualcosa non perdiamo tempo. Avvertiamo immediatamente il veterinario perché possa intervenire al più presto e perché possa darci alcune dritte per tamponare l'emergenza in attesa del suo arrivo. Niente panico, nervi saldi e facciamo quello che va fatto. Non perdiamo tempo a cercare nozioni su internet, agiamo!

**Essere cavalieri** non è solo montare a cavallo ma è riconoscere quando qualche cosa non va e saper affrontare ogni emergenza.

### ➤ GARZE STERILI E COTONE IDROFILO

Per uso medico e veterinario, indispensabili per la pulizia e il bendaggio delle ferite. Da conservare accuratamente una volta aperta la confezione originale, evitando che i prodotti vengano a contatto con polvere o altri agenti esterni, che potrebbero concorrere all'insorgere di infezioni (ad esempio in un pratico sacchetto con la zip). Di grande utilità il cotone garzato, ottimo per medicare le ferite, specie degli arti, in commercio in rotoli di varie dimensioni.

### ➤ FORBICI

Di adeguata dimensione, per il taglio delle garze, dei cerotti adesivi e degli altri prodotti che possono richiederne o facilitarne l'utilizzo per l'applicazione.

**Ricordiamoci sempre** di disinfettare le forbici dopo averle utilizzate.

**➤ SOLUZIONE FISIOLOGICA STERILE**
Per il primo lavaggio delle ferite. Diminuisce la carica microbica presente in prossimità di una ferita e agevola il processo di guarigione innescato dall'applicazione dei prodotti curativi.

## SEMPRE SOTT'OCCHIO

Controlliamo quotidianamente lo stato di salute del cavallo per accorgerci di alterazioni quali gonfiori alle gambe oppure inappetenza o apatia.

**In caso di gonfiori** o affaticamento esistono dei gel fatti apposta per migliorare questi fastidi.

**➤ PRODOTTI ANTISETTICI E ANTIBIOTICI**
Agenti antinfettivi disponibili in diverse forme, soluzioni liquide, spray o pomate, impiegati solitamente su cute e mucose, ideali per un primo intervento disinfettante in caso di ferite, escoriazioni o lacerazioni, così da prevenire o contrastare l'insorgere di infezioni. Uno su tutti il Betadine ad uso chirurgico. Possono unirsi all'azione disinfettante anche la tintura di iodio e l'acqua ossigenata. Utile avere a disposizione anche un prodotto antibiotico, in spray o polvere, per una rapida applicazione.

**➤ BENDE ELASTICHE O ADESIVE**
Disponibili in una grande varietà di tipologie sono necessarie per fermare le garze o le fasciature. Possono anche essere autobloccanti (come nel caso del comune Vetrap). Un buon prodotto da utilizzare è, ad esempio, la fascia elastica da ginnastica, fantastica per tenere sotto controllo emorragie agli arti.

**In scuderia bisogna saper fare tutto**, a cominciare dal mettere le fasce, una delle cose spesso più utili nel primo soccorso.

**➤ FASCE**
Teniamone un set apposta in modo che siano sempre pulite. Queste vanno applicate facendo attenzione che la pressione sulla gamba sia uniforme e non eccessiva, così da non causare ulteriori danni, prestando attenzione a non fare pieghe.

## FACILE È MEGLIO

Prediligiamo un termometro digitale a uno a mercurio, è più rapido e semplice da utilizzare.

## INSETTI NON VI TEMO

Gli insetti possono essere molto fastidiosi e alcuni possono risultare addirittura pericolosi per cui è opportuno avere a disposizione nel nostro kit prodotti repellenti.

**Spray antizanzare** (ad uso umano e ad uso equino)
**Spray anti-zecche**
**Crema antistaminica** contro le punture di insetto
**Cortisone** in caso di gravi reazioni allergiche

### ➤ TERMOMETRO DIGITALE

Si tratta del primo strumento a cui si fa ricorso nella valutazione dello stato di salute del cavallo. La sua temperatura normale è compresa tra 37,5°C e 38,5°C, valori differenti sono un importante indice che qualcosa non va.

### ➤ SIRINGHE

Quelle senza ago (da 20 cc o più grandi) sono utili per la detersione delle ferite con acqua o soluzione fisiologica.
Fate attenzione a disporre anche dei cosiddetti ‘aghi rosa’, più spessi di un ago normale, utili soprattutto per iniezioni intramuscolari, sotto indicazione veterinaria.

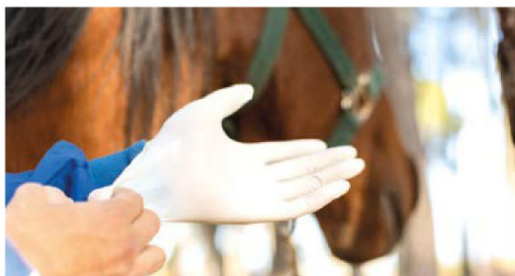
### ➤ PINZETTE

Della corretta dimensione, utili per estrarre eventuali corpi esterni dalle ferite come sporco e detriti.

Un’ottima idea per riuscire a mantenere lucidità in caso di emergenza e a intervenire con consapevolezza, può essere quella di frequentare un corso di primo soccorso veterinario e, perché no, anche umano. Gli incidenti in scuderia possono capitare, meglio farci trovare pronti.

### ➤ GUANTI USA E GETTA

In lattice, di comune utilizzo e indispensabili per assicurare il più elevato livello di igiene.

Un kit di pronto soccorso ben fornito va tenuto in un posto ben accessibile della scuderia e portato sempre in viaggio. Prestiamo attenzione, quando utilizziamo dei prodotti, di rifornirli sempre così da avere tutto a disposizione all’occorrenza. ■

**Conosciamo bene** il nostro cavallo, quindi assicuriamoci di controllarlo quotidianamente per captare qualsiasi segnale di malessere. Quando è il caso di intervenire facciamolo con tempestività e prestando attenzione alla sicurezza.

# Benessere a portata di mano

**Se ne sente parlare sempre di più sia nei confronti degli umani che dei cavalli, la magnetoterapia è molto utile per molti soggetti**

Ringraziamo Agrizoo San Marino per le immagini

**La magnetoterapia è una forma di fisioterapia specificatamente indicata per il trattamento dei disturbi osteo-articolari, ma non solo, è infatti ottimale per la vasodilatazione, l'eliminazione delle tossine, la decontrazione muscolare e la riduzione del gonfiore.** Nasce come terapia umana ma, ormai da anni, è utilizzata con grande efficacia anche sui cavalli. Si tratta di una terapia fisica che sfrutta i molteplici benefici dei campi magnetici sull'organismo.
La magnetoterapia è una pratica di origine naturale: diversamente dai rimedi farmacologici, infatti, non produce effetti collaterali, è infatti atossica e non invasiva.

## Come agisce

Le cellule, il cui compito fondamentale è la produzione di energia, hanno un voltaggio elettrico che alimenta una coordinata attività a livello di tessuti ed organi. In una situazione di trauma interno o esterno, l'attività delle cellule causa infiammazione e dolore, in questi casi la terapia è di aiuto.
La magnetoterapia agisce attraverso la creazione di un campo magnetico mediante placche di un particolare metallo magnetizzato a più polarità utile a ripristinare l'energia biologica rallentando il decadimento fisiologico dei tessuti.

**La magnetoterapia** è una cura applicata su umani e animali che basa il suo funzionamento sull'uso dei campi magnetici.

### ENERGIA MAGNETICA

L'energia magnetica statica stimola la produzione di elastina e collagene, elementi indispensabili per la ricostruzione dei tessuti. Queste proteine costituiscono quasi il 25% del numero totale di proteine del corpo. La crescita, unita allo sforzo, portano alla riduzione di queste proteine con conseguente perdita di elasticità e tonicità che dobbiamo, invece, cercare di preservare per il benessere del nostro cavallo.

## PER IL CAVALLO SPORTIVO

Tendini, legamenti e articolazioni di un cavallo impegnato nello sport sono sottoposti a continue sollecitazioni. Anche in questo caso la magnetoterapia può essere un ottimo coadiuvante. I campi magnetici, infatti, stimolano la microcircolazione sanguigna e linfatica e lo scambio e l'utilizzo delle sostanze nutritive, accelerando l'eliminazione delle tossine e i processi rigenerativi per preparare muscoli e tendini allo sforzo.

**Questa terapia**, priva di effetti collaterali, può essere applicata quotidianamente al cavallo dopo il lavoro.

## CONFORTEVOLE

A livello strumentale la magnetoterapia è semplicemente una coperta munita di elettromagneti dalla diversa intensità da applicare al cavallo, risulta per tanto molto confortevole.

**A seconda della parte da trattare**, ci sono strumenti specifici. Stinchiere e ginocchiere, ad esempio, servono per il recupero di lesioni tendineo-muscolari.

## Gli effetti

I campi magnetici stimolano la microcircolazione sanguigna e linfatica e favoriscono lo scambio e l'utilizzo delle sostanze nutritive da parte delle cellule, facilitano inoltre le difese biologiche naturali e l'eliminazione delle scorie metaboliche. Sono poi grandi i benefici dei campi magnetici nei processi antinfiammatori.

## Come funziona

La magnetoterapia è applicabile direttamente dal proprietario del cavallo tramite l'uso di semplici strumenti quali una coperta o delle stinchiere, ginocchiere o paraglomi, in base al bisogno del cavallo. I campi magnetici lavorano mentre il nostro cavallo è a riposo. Esistono diverse intensità applicabili in base alle esigenze del cavallo e alle patologie, sarà il veterinario a decretare come, quando e quanto utilizzare questo tipo di strumento. ■

**In seguito ad un infortunio,** la magnetoterapia può essere di grande supporto per una guarigione più celere.

# Il successo sulle lunghe distanze

**L'endurance è una disciplina affascinante quanto faticosa, il segreto di un lavoro ben riuscito è tutto nell'allenamento**

Testo di Dott.ssa Emanuela Valle

**In un mondo in cui la popolarità dell'endurance è in costante ascesa, la gestione del cavallo in questa disciplina è ancora in gran parte basata su tradizioni e fatti empirici soprattutto nelle categorie più basse.** Ma cosa serve davvero per allenare un cavallo da endurance e portarlo al successo in questa sfida di resistenza?

## Endurance: uno stile di vita

L'allenamento di un cavallo da l'endurance è davvero complesso e richiede molte considerazioni, ma soprattutto tempo e dedizione

**I cavalli da endurance** trascorrono la maggior parte della vita, anche casalinga, al paddock. In questo modo sono meno nevrili e più predisposti all'allenamento in campagna.

**Perché sia performante** in endurance, un cavallo deve avere un programma di allenamento ben preciso. È necessaria una meticolosa progressione nel lavoro e l'alternanza con il riposo è obbligatoria.

### TABELLA DI MARCIA

**Come iniziare l'allenamento del cavallo da endurance?**

La scienza ci dice che occorre avere un approccio graduale per attuare un allenamento lungo-lento. Si parte con sessioni di lavoro di 5-10 chilometri da 3 a 4 volte a settimana, per lo più al passo, integrando brevi periodi di trotto. Dopo 3-4 settimane, la durata può aumentare fino a 1-2 ore di lavoro continuo, introducendo gradualmente il trotto (o il canter), con distanze fino a 20 km a sessione. Il monitoraggio costante della forma fisica del cavallo è essenziale per valutare la progressione del programma di allenamento. Il giorno successivo all'allenamento il cavallo dovrebbe stare a riposo al paddock.

### DA SAPERE

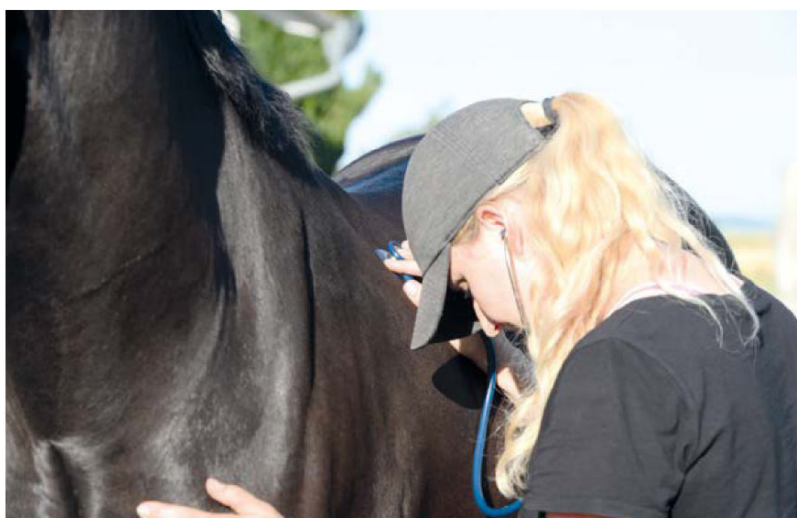
Di solito la FC (frequenza cardiaca) di un cavallo a riposo è di circa 28-32 battiti al minuto (bpm); alcuni hanno addirittura 24 battiti al minuto se molto tranquilli.
Sotto sforzo, invece, la frequenza cardiaca massima può arrivare a un valore stimato di 230 in base all'età del cavallo.

per abituare il cavallo a uno sforzo fisico estremamente impegnativo. Non solo il sistema muscolo-scheletrico, ma anche il sistema cardiovascolare, termoregolatore e gastrointestinale devono essere preparati, insieme alla costruzione della sua "resistenza mentale". Per questa ragione i cavalli da endurance hanno bisogno di uno stile di vita particolare: solitamente il cavallo deve passare molte ore fuori dal box con accesso anche al prato, fattore che li rende meno nervosi e più inclini all'allenamento di campagna, in quanto abituati così a vivere le situazioni tipiche dell'ambiente aperto.

## Allenamento

Come regola generale possiamo dire che il cavallo dovrebbe allenarsi percorrendo un numero di km settimanali proporzionali alla gara che deve percorre. Tendenzialmente si suggerire metà dei km programmati in gara. Per cui un cavallo che deve fare una 90 chilometri può stare su un chilometraggio di circa 40-45 km settimanali, ovvero 3 giorni con 12-15 km circa al giorno con sessioni per lo più al passo, trotto e pezzi di galoppo alternati dai giorni di riposo. Molto utili sono i lavori in salita al passo dove il cavallo mette sotto sforzo il motore in quanto fa salire la frequenza cardiaca ma 'non la carrozzeria' in quanto la concussione degli arti sul terreno non subisce gli effetti della velocità come invece accade al galoppo.
Per una 60 km i calcoli vanno fatti di

**All'interno dell'allenamento** di un cavallo da endurance non può mancare il galoppo in pista, fondamentale per muscoli e fiato.

**Se un cavallo da salto ostacoli** può essere paragonato a un centometrista, che deve dare tutto in pochi secondi, quello da endurance è un maratoneta la cui abilità risalta nella resistenza sulle lunghe distanze.

**Un percorso di endurance** dura kilometri e kilometri, spesso in condizioni avverse, essere seguiti da un team di esperti veterinari è necessario per il benessere del cavallo.

conseguenza. Molti allenatori in preparazione della gara sono soliti poi portare il cavallo a galoppare in pista dove, mantenendo frequenze cardiache tra i 120 e 130 bpm, stimolano il suo metabolismo aerobico. Infatti il cuore del successo nell'endurance risiede nel sistema cardiovascolare: per questa ragione monitorare attentamente la frequenza cardiaca a riposo e durante l'esercizio diventa quindi indispensabile.

## Eliminazione alle gare

Generalmente le gare più lunghe hanno tassi di eliminazione più alti. Le cause principali sono per zoppia o per motivi metabolici. Per tutelare i cavalli, quindi, si effettuano controlli veterinari frequenti.

Durante l'esercizio la frequenza cardiaca si attesta su valori specifici per ogni andatura. Pensando ad un cavallo in salute ed allenato che percorre un percorso in piano possiamo dire che la frequenza cardiaca è:

- **Al passo tra i 70-90 bpm**
- **Al trotto tra i 100 e i 115 bmp**
- **Al galoppo dai 120 in su**

Con il programma di allenamento mirato è possibile sottoporre l'organismo ad un carico progressivo affinché migliori la sua risposta al lavoro intenso.
Molte variabili potrebbero influenzare la sua frequenza cardiaca FC, producendo un aumento dei battiti. Tra questi la disidratazione gioca un ruolo fondamentale ed è per questo che è importate che il cavallo beva sempre a sufficienza. Anche l'aumento del calore

**DOCCETTA**
durante i cancelli veterinari il cavallo viene bagnato per facilitare la dissipazione del calore corporeo ed evitare rialzi pericolosi della frequenza cardiaca.

**È importante** che il cavallo venga allenato ricreando le condizioni climatiche della gara, quindi spesso con alte temperature. Non dimentichiamo di bagnarlo con cura per evitare colpi di calore.

**In un cavallo da fondo** va curata con attenzione la salute non solo fisica, ma anche mentale. Per poter affrontare serenamente gli sforzi richiesti da questa disciplina è necessario un notevole equilibrio.

corporeo soprattutto nelle giornate calde e afose è un fattore di rischio importante. Per questo durante le gare di endurance, è pratica comune raffreddare il cavallo, al fine di favorire la perdita di calore e accelerare il recupero della frequenza cardiaca.

## I cancelli veterinari

Nelle gare di endurance ci sono i controlli veterinari regolari a cui vengono sottoposti i cavalli. Questi controlli sono fondamentali per assicurare che i cavalli siano in grado di affrontare la fatica e lo sforzo richiesti dalla gara senza rischi per la loro salute.
Di solito, ci sono diversi cancelli veterinari:
- **Prima della partenza:** prima dell'inizio della gara, tutti i cavalli sono sottoposti a un controllo veterinario iniziale per assicurarsi che siano in uno stato di salute ottimale per partecipare. I veterinari valutano parametri come la frequenza cardiaca, il trotto, le mucose e la funzione intestinale.
- **Durante la gara e al cancello finale:** lungo il percorso, ci sono controlli intermedi dove i cavalli vengono visitati dai veterinari valutando tutti i parametri al fine di giudicare come sta il cavallo.

Se il cavallo presenta problemi veterinari ai cancelli viene eliminato. Le cause più comuni di eliminazione sono zoppia, problemi metabolici o segni di stress da calore, disidratazione o malfunzionamento intestinale. ■

# Energia e resistenza

**Affrontare una gara di endurance è faticoso per un cavallo, ma con la giusta alimentazione si può fare senza difficoltà**

Testo di Dott.ssa Emanuela Valle

**Capire i trucchi per una dieta vincente per il cavallo da endurance può sembrare complicato, ma con una guida basata sulla scienza, si può creare un piano alimentare vincente**.

Esistono infatti dei principi importanti da rispettare per sostenere lo sforzo del cavallo e fare in modo che possa affrontare le gare in salute.

## Energia

L'energia è la formula magica per le prestazioni ottimali. Anche se nessun cavallo da endurance è uguale la chiave per massimizzare la sua performance è un piano alimentare adattato alle sue esigenze uniche. Infatti il cavallo da endurance deve percorrere molti chilometri durante la gara e il suo metabolismo ha bisogno di energia per affrontare non solo la distanza ma anche i diversi terreni, le salite e le allungate al galoppo.

Come fonti energetiche per la dieta del cavallo da endurance non va considerato solo il mangime, ma soprattutto il suo foraggio perché la fibra è un'ottima fonte energetica. Il foraggio, spesso costituito da fieno, è la base insostituibile della dieta del cavallo da endurance. La

sua importanza va oltre la semplice fornitura di nutrienti; il foraggio gioca un ruolo chiave nel mantenere la salute gastrointestinale, fornendo una dose essenziale di fibra che mantiene il sistema digestivo in perfetto equilibrio.
Nell'endurance, il benessere del grosso intestino è essenziale per garantire la resistenza del cavallo. Esso fornisce infatti energia ma aiuta anche a costituire la banca di acqua ed elettroliti che vengono utilizzati durante lo sforzo della gara. Oltre alla fibra come la cellulosa ed emicellulosa del fieno anche altre fibre sono importanti per la banca di elettroliti. Queste sono le superfibre contenute in alimenti come polpe di bietola e buccette di soia. Quando aggiunte alla dieta del cavallo da endurance diventano una fonte di energia importante. Questa fibra viene digerita nel grosso intestino (cieco-colon), rilasciando gradualmente energia durante l'intero sforzo, mantenendo costante il livello di glucosio nel sangue e garantendo resistenza.

**Un lavoro di questo tipo** porta il cavallo a sudare molto. Oltre a rinfrescarlo e detergerlo con una doccia a fine lavoro, assicuriamoci che assuma la quantità sufficiente di elettroliti.

**DI PARI PASSO**
Tramite una dieta bilanciata ed equilibrata, un cavallo è in grado di affrontare senza problemi una prova fisicamente dura come l'endurance. Alimentazione e allenamento vanno di pari passo per preparare questi splendidi cavalli alle faticose competizioni che li vedono protagonisti.

## LA MAGIA DELLA VARIETÀ

Diversificare il tipo di fibra apportata può aggiungere un tocco magico alla dieta. Ad esempio l'apporto per un cavallo di 500 kg potrebbe essere costituito da:

- **Fieno di qualità superiore di primo taglio:** possono andare bene 9 kg.
- **Fieno di medica foglioso:** anche sminuzzato va bene soprattutto se dato bagnato, in quanto sempre appetito anche ai cancelli veterinari. Se ci basiamo sui quantitativi di fieno sopra citati, possiamo aggiungere circa 1.5 kg di medica.
- **Polpe di bietola:** forniscono superfibre altamente fermentescibili. 200 g peso secco opportunamente reidratate sono sufficienti.
- **Erba:** pascolare per un 2-3 ore al giorno aiuta a mantenere sano l'intestino e fa bene la sua psiche.

POLPE DI BIETOLA
ERBA MEDICA

**Il foraggio** è una fonte energetica insostituibile per il cavallo da endurance.

## I grassi

L'aggiunta di grassi è sicuramente un fattore positivo nella dieta del cavallo da endurance. Infatti il suo metabolismo durante la gara si avvale per lo più di questa fonte energetica per sostenere lo sforzo, unitamente agli zuccheri. La regola ci dice che i 'grassi bruciano nel fuoco degli zuccheri'. Quindi devono essere presenti entrambi. I grassi forniscono una riserva di energia a lungo termine, aiutando a prevenire l'affaticamento precoce. Durante lo sforzo tipico dell'endurance, il cavallo richiede un rifornimento costante di energia per mantenere il ritmo giusto per affrontare le lunghe distanze. In questa condizione deve essere attivo il metabolismo aerobico senza una produzione elevata di acido lattico. Questo è importante perché un accumulo eccessivo di acido lattico può causare affaticamento muscolare, limitando le prestazioni. Altro fattore importante è legato al fatto che i grassi aiutano nella termoregolazione fornendo energia senza produrre eccessivo calore metabolico, contribuendo così ad evitare un eccessivo 'surriscaldamento'. I grassi vanno utilizzati comunque con attenzione seguendo alcune regole:

- **Introdotti gradualmente:** qualsiasi cambiamento e/o aggiunta nell'alimentazione dovrebbe essere effettuato piano piano per consentire al sistema digestivo del cavallo di adattarsi.
- **Monitorando le prestazioni:** è importante monitorare attentamente le prestazioni del cavallo e apportare eventuali modifiche all'alimentazione in base alle esigenze individuali.

È sempre opportuno comunque consultare il proprio veterinario di fiducia per creare una dieta personalizzata in base all'età, al livello di allenamento e alle condizioni fisiche. Infatti ogni cavallo è un individuo con esigenze specifiche e non è sempre possibile generalizzare le indicazioni della dieta per lui ottimale.

**UN PO' PER TUTTI**
Il paddock è essenziale per i cavalli sottoposti all'allenamento finalizzato all'endurance ma è utile un po' per tutti. Serve, infatti, sia come fonte di relax sia per permettere loro di mangiare ricca e fresca erba, fonte di fibre.

## FONTI DI GRASSI

I grassi vanno aggiunti nella dieta usando fonti appropriate quali:

- **Oli vegetali:** gli oli vegetali, come l'olio di mais, di soia o di girasole possono essere aggiunti alla sua dieta con il metodo top-dressing, ovvero aggiunti al mangime di base. Tuttavia questa metodica non è sempre la scelta migliore in quanto per grassare la dieta spesso aggiungere anche 300-400 ml di olio è di fatto poco pratico.
- **Mangimi:** la scelta di un mangime grassato è spesso la scelta migliore. Questi contengono semi oleosi, oppure sono pellettati in quanto l'olio viene aggiunto come ingrediente durante la fase di pellettatura.

Un mangime grassato lo si riconosce perché sul cartellino ha un valore di grassi greggi maggiore del 5%. Solitamente i mangimi per cavalli da endurance ne hanno tra il 6-8%.

**Il cavallo da endurance** necessita di una dieta appropriata e ben bilanciata anche a seconda del periodo dell'anno e dell'intensità dell'allenamento.

## Grassi ma non solo...

- **Cereali:** se utilizziamo un buon foraggio e un mangime grassato, la quantità di cereali deve essere limitata per evitare problemi di digestione, soprattutto dell'amido. Infatti soprattutto nel cavallo da endurance dove l'equilibrio intestinale è così delicato, si consiglia di non superare la dose di 2 grammi di amido al giorno per kg di peso corporeo ovvero circa 2 kg di mangime a base di cereali per un cavallo di 500 kg meglio se suddiviso in 3 pasti.
- **Proteine:** l'integrazione proteica dovrebbe essere fatta con attenzione, considerando che i livelli proteici della dieta influenzano il metabolismo dell'urea e aumentano i fabbisogni di acqua. Le proteine sono essenziali per lo sviluppo muscolare grazie anche alla presenza degli aminoacidi essenziali.
- **Vitamine, minerali e antiossidanti:** durante l'esercizio, la produzione di radicali liberi aumenta, e si consiglia di garantire quantità adeguate di vitamina E e selenio per proteggere i muscoli e prevenire l'affaticamento. Controlliamo che nella sua dieta ci sia 1 mg di vitamina E per kg di peso e 11 mg per grammo di grasso della dieta. Tutte le vitamine devono essere ben bilanciate.
- **Elettroliti:** elementi essenziali nell'alimentazione di un cavallo da endurance, specialmente durante gare lunghe e impegnative. Durante le competizioni, i cavalli sudano molto perdendo acqua ma anche importanti elettroliti come sodio, cloro, potassio, calcio e magnesio. La perdita di elettroliti è proporzionata alla quantità di sudore prodotta. Se gli elettroliti non sono ben integrati il cavallo può essere predisposto a affaticamento, crampi e disidratazione. Integrare gli elettroliti nella dieta del cavallo è fondamentale; questo viene fatto utilizzando il sale da cucina che è cloruro di sodio ma anche integratori forniti sotto forma di polveri o liquidi, miscelati con il cibo. La dieta di base solitamente deve contenere circa 10-15 g di sale da cucina. Le aggiunte di elettroliti vanno poi basate sullo sforzo e il sudore prodotto. ■

**Il segreto della dieta** di un cavallo che pratica fondo risiede nell'equilibrio e nella varietà. Serve bilanciare tutti gli alimenti perché intestino, muscoli e cervello possano lavorare al meglio.

# Allenamento? Sì ma il giusto

**Tutti i giorni? Alternando? Quante volte devo montare? Cerchiamo di capirlo insieme**

Testo di Massimo Garavini

**Se sei da poco diventato proprietario di un cavallo, potresti chiederti quanto spesso lo devi montare.** Se sei un amatore non devi necessariamente montare spesso ma, se hai intenzione di partecipare a eventi e competizioni regolarmente, c'è un livello minimo di forma fisica e resistenza che il cavallo deve mantenere.

## Questione di obiettivi

La frequenza dipenderà dai tuoi obiettivi. Se vuoi partecipare a gare di livello superiore, non è raro che si ricorra a lavori impegnativi sei giorni alla settimana. Tuttavia, se vuoi solo mantenere il tuo cavallo in una condizione fisica sana, montare tre volte alla settimana per almeno 45 minuti, aiuterà a conservare un buon livello di salute e di condizione. Ogni cavaliere ha diversi obiettivi che vuole raggiungere ma, innanzitutto, è importante capire che l'esercizio fisico è necessario perché il cavallo resti sano ed è anche importante sapere come condizionare correttamente il tuo cavallo per vedere i risultati tecnici che desideri.

**Frequenza e intensità** di allenamento dipendono dai nostri obiettivi ma anche dai bisogni del nostro cavallo.

## Quanto lavoro: perché è importante?

Garantire il suo movimento deve essere tra le principali responsabilità di un proprietario: in natura, i cavalli sono costantemente in movimento e questa condizione garantisce buona salute e un condizionamento muscolare naturale.
Addomesticati, i cavalli spesso non si muovono

## Differenziare i lavori

**La parola allenamento può essere molto spesso abbinata alla ripetizione e alla noia.**
Lavori sempre uguali, negli stessi ambienti, sugli stessi fondi, possono inevitabilmente demotivare anche i soggetti più disponibili.
Variare il più possibile gli esercizi, frequenti passeggiate su terreni vari, alternare il lavoro montato con quello da terra, rappresentano l'ideale condizione per mantenere i cavalli attenti, allegri e disposti ad impegnarsi sempre di più.

## Attenzione anche alla qualità del movimento

**Lavorare in piano il martedì, saltare il giorno successivo, lavoro alla corda il terzo giorno e una galoppata in pista giovedì, e una bella passeggiata il venerdì,** garantisce, è vero, quella varietà necessaria per un buon allenamento ma... in tutte queste situazioni il cavallo viene condotto da noi, non decide mai autonomamente cosa fare, quando girare a destra o a sinistra, se partire al galoppo con una

BARRIERE A TERRA

LAVORO IN PIANO

SALTO

a sufficienza: invece di avere la possibilità di muoversi liberamente, la maggior parte dei soggetti scuderizzati sta in un box tutto il giorno, il loro cibo e la loro acqua sono posti in un punto in modo che il cavallo possa stare in piedi a mangiare per ore. Per un cavallo scuderizzato il movimento quotidiano diventa così ancora più importante; l'esercizio fisico aiuterà il corpo del cavallo a mantenere sano l'apparato locomotore e il sistema cardio-circolatorio, in modo che ci sia un minor rischio di lesioni, aiutandolo anche a mantenere un peso ideale.

## Come allenare correttamente il tuo cavallo

I cavalli, proprio come gli esseri umani, devono allenarsi e aumentare gradualmente la quantità di esercizio per costruire resistenza e solidità. Tutti noi abbiamo provato il raptus di tornare ad allenarci dopo un periodo di inattività... la domenica mattina ci siamo alzati di buon'ora, tuta e scarpette e via! Il giorno dopo a malapena siamo riusciti a muoverci perché

**Il lavoro sulle barriere** a terra può essere un buon allenamento per mantenere la condizione fisica del nostro amico.

**Perché il lavoro sia utile** e mai monotono è importante diversificarlo. Alterniamo una sessione di salto a una di lavoro in piano.

rigidi e doloranti. Beh, la stessa cosa può succedere a un cavallo che non è abituato al lavoro e viene per esempio impegnato in una lunga passeggiata domenicale dopo una settimana nel box. La chiave dunque per allenare correttamente il tuo cavallo è la 'gradualità'. Aumentando progressivamente i carichi di lavoro, un passo alla volta, gli permetterai di adattare muscoli, tendini e articolazioni e di sviluppare resistenza e forza, riducendo notevolmente anche gli infortuni.
Per preparare correttamente il tuo cavallo a lavori più impegnativi, inizia gradualmente ad aumentare la lunghezza e l'intensità dei tuoi lavori, cercando di interpretare immediatamente i segni di stress e di stanchezza. ■

**Una bella passeggiata** in campagna è un allenamento utile per il nostro cavallo, gli fa bene sia a livello fisico che psicologico.

rallegrata o distrarsi guardando con un'attenzione per noi inspiegabile qualcosa per noi invisibile. Tutte situazioni fondamentali per la sua serenità e salute mentale. Il paddock, anche per periodi di tempo limitati, è sicuramente l'unica soluzione; un minimo di vita all'aperto, possibilmente in compagnia, deve essere dunque un altro tipo di movimento che dobbiamo garantire con regolarità.

## E il lunedì?

**Il lunedì è tradizionalmente il giorno di riposo.**
Sia per i cavalli impegnati in attività agonistiche che per quelli da diporto, da passeggiata, che lavorano di più durante il weekend, lunedì si riposa.
I cavalli, però, non dovrebbero mai rimanere fermi, in scuderia. Il giorno di riposo dovremmo riservarlo solo al personale di scuderia, e dovremmo poter garantire a tutti i cavalli di muoversi sempre.
Può essere una giornata al prato, un'oretta di giostra mentre si rassettano i box, una bella passeggiata sottomano che garantisce anche per noi un po' di movimento o una sgambata alla corda per verificare che sia tutto ok dopo la gara... evitiamo di tenere i cavalli fermi nel box.

# Sempre attenti

**Il benessere dei cavalli è sempre al primo posto, tuttavia durante una manifestazione possono capitare infortuni, comprendiamone le conseguenze**

Testo di Avv. Giulio Muceli

**Prima di tutto ribadiamo che le manifestazioni in cui vengono utilizzati gli equidi devono essere soggette a specifiche regole** per garantire requisiti di sicurezza e salute per i fantini e per i cavalli previste da un'Ordinanza del Ministero della Salute del 21 luglio 2011 (che modifica e conferma la prima emanata nel 2009, nota come Ordinanza Martini) prorogata, da ultimo, il 19 dicembre 2023 per un periodo di cinque mesi, a decorrere dal 1° gennaio 2024.

## E se si infortuna?

Una posizione di particolare rilevanza è senza dubbio rivestita dagli organizzatori dell'evento, su cui grava l'obbligo di custodia dell'area in cui

**Le manifestazioni, come per esempio le fiere,** possono essere stressanti per i cavalli. Assicuriamoci che siano sufficientemente maturi e rilassati per questa esperienza.

**Le manifestazioni** che vedono come protagonisti gli equidi sono di vario tipo, tra queste anche le competizioni.

viene realizzata la manifestazione. L'art. 2051 prevede un criterio di imputazione della responsabilità, basato sulla relazione di custodia che intercorre tra la "cosa" che ha cagionato il danno ed il soggetto che sarà chiamato a rispondere dello stesso. La custodia è intesa come "effettivo potere fisico" sulla cosa, che implica il dovere di custodire la stessa, cioè di vigilarla e di mantenerne il controllo, in modo da impedire che, per sua natura o per particolari contingenze, produca danni.

## Un caso: Verona e Tango

Un caso emblematico è quello della Fiera Verona edizione 2022, ovvero l'infortunio del cavallo Tango. Poco prima dell'inaugurazione Tango è scivolato, pare a causa della presenza di un tombino all'interno del box, causandone la frattura alla tibia cui è seguita l'eutanasia.
Il Regolamento tecnico della Fiera prevede la limitazione e/o esclusione di ogni responsabilità degli organizzatori, ovvero la Veronafiere S.p.a. Nel regolamento si legge "Ogni responsabilità in ordine alla statica di qualsiasi tipo di allestimento, materiale merceologico o di quanto esposto, è esclusivamente a carico dell'Espositore, il quale esonera espressamente Veronafiere per i danni che possano derivare anche indirettamente da difetti di progettazione, di costruzione e di montaggio" ed ancora "la circolazione dei mezzi in genere, all'interno del quartiere fieristico, avviene senza alcuna responsabilità di Veronafiere all'interno del quartiere fieristico", e infine che l'espositore assume a proprio ed esclusivo carico ogni responsabilità in ordine a danni o fatti che dovessero verificarsi sia prima, che durante lo svolgimento della mostra, che successivamente.
Allorquando si partecipa ad una manifestazione è sicuramente necessario analizzare con

**PREVENIRE È MEGLIO**

Purtroppo gli infortuni possono capitare, cerchiamo tuttavia di prestare tutte le attenzioni del caso per ridurre al minimo questa possibilità.
Prima di prendere parte a una manifestazione assicuriamoci, tramite il veterinario, che il nostro cavallo sia in perfetta salute e che sia adeguatamente allenato.

**L'organizzazione della manifestazione** deve premurarsi di seguire le norme per il benessere animale. Per evitare incidenti, però, prestiamo molta attenzione anche come proprietari.

**Una fiera** può essere stressante per il nostro cavallo, ritagliamoci sempre alcuni momenti di relax e silenzio per prenderci cura del suo benessere, anche psicologico.

attenzione i disciplinari contenenti le norme interne che regolamentano l'evento.
Dalla mera lettura di questo Regolamento tecnico sembra che l'unico responsabile sia l'espositore e non invece l'organizzatore.

## La questione responsabilità

**Ma i disciplinari o i regolamenti possono contenere una totale esenzione di responsabilità?**
Può essere considerata legittima la totale esclusione della responsabilità degli organizzatori dell'evento qualora ci siano regolamenti che lo prevedono?
No! La legge, in particolare l'art. 1229 C.C. prevede che è nullo qualsiasi patto che esclude o limita preventivamente la responsabilità del debitore per dolo o per colpa grave. Ed ancora che è nullo altresì qualsiasi patto preventivo di esonero o di limitazione di responsabilità per i casi in cui il fatto del debitore e dei suoi ausiliari costituisca violazione di obblighi derivanti da norme di ordine pubblico.

**Quali sono le regole da seguire quando si organizza una manifestazione con la partecipazione di equidi?**
Il primo ed imprescindibile elemento vede come destinatari i promotori dell'iniziativa. Essi, infatti, devono individuare un Responsabile e farsi carico delle complesse procedure burocratiche e, soprattutto, essere consapevoli che sono i principali destinatari delle responsabilità civili e penali dell'evento.
Gli organizzatori devono redigere una relazione tecnica che preveda il rispetto dei requisiti tecnici e delle condizioni essenziali finalizzate alla tutela dell'incolumità pubblica e del benessere dei fantini e degli animali e presentarla alla Commissione provinciale di vigilanza (integrata da un veterinario della ASL) di cui al Regio Decreto n. 635 del 1940 per il rilascio di un parere favorevole.

**Devono essere rispettate delle regole per garantire sicurezza e incolumità di fantini ed equidi?**
Si! L'Ordinanza del Ministero della Salute sopra richiamata stabilisce che il tracciato del

percorso deve garantire sicurezza e incolumità dei fantini, cavalieri, equidi e delle persone che assistono. Il percorso dev'essere protetto con adeguate paratie per attutire impatti o cadute. Il fondo delle piste o dei campi su cui si svolge la manifestazione dev'essere idoneo ad attutire l'impatto degli zoccoli degli equidi ed evitare scivolamenti.

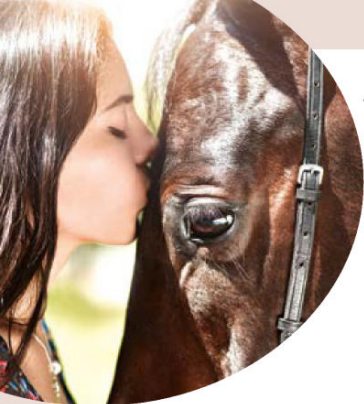
**Se le regole di sicurezza non vengono rispettate gli organizzatori possono andare esenti da responsabilità?**
No!

**Come limitare le conseguenze degli eventi dannosi?**
Senza dubbio con il rispetto delle regole previste per l'organizzazione dell'evento e, a tal fine, è consigliabile farsi assistere da un avvocato che può fornire un importante consulenza.
A questo dovrebbe aggiungersi la stipula di una polizza assicurativa. Qualsiasi organizzatore di una manifestazione equestre, gestore di centro ippico e/o proprietario di cavalli in genere dovrebbe stipulare un'idonea polizza assicurativa. Polizza assicurativa per danni a persone, animali e cose per l'intera durata della manifestazione.
La casistica è molto ampia e sarà necessario valutare le singole polizze e scegliere quella più idonea alle proprie esigenze.
A tal proposito occorre però precisare che l'assicurazione tiene indenni dalle conseguenze civili, ovvero economiche di un sinistro, un infortunio e/o un danno, ma non dalle conseguenze penali. ■

*A menzus bidere!*

**È obbligo degli organizzatori** dell'evento avere cura della sicurezza dell'area in cui si svolge la manifestazione.

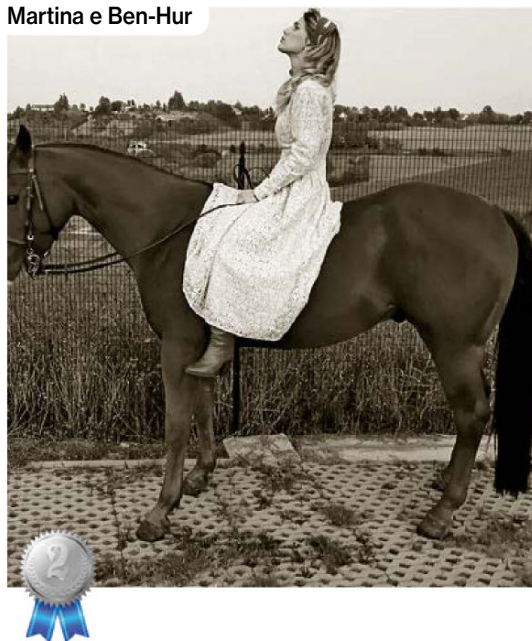
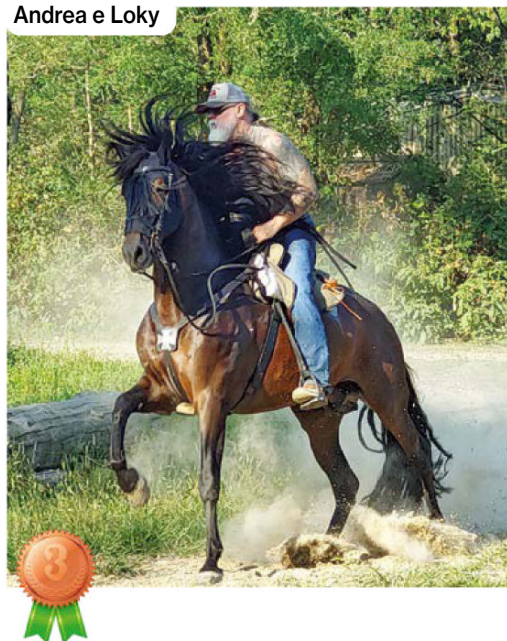
## IL CASO

Riporto un caso analogo a quello sopra accennato di Fieracavalli 2022. Durante una gara di livello internazionale, svolta nel territorio italiano, lo stalliere del proprietario del cavallo, giunti nel luogo di svolgimento della gara, provvedeva a stallare l'animale nel box indicato dagli organizzatori.
Il proprietario e lo stalliere provvedevano, quindi, agli adempimenti successivi, ovvero al parcheggio van e alla sistemazione delle attrezzature. Al ritorno nel box, il proprietario notava immediatamente una zoppia del cavallo.
A seguito dei controlli veterinari, veniva diagnosticata una forte infiammazione tendineo-muscolare causata da un brusco movimento, similare ai casi di spavento e successivo scatto dell'animale impaurito. Il veterinario stabiliva, quindi, l'impossibilità del cavallo a partecipare alla gara.
Vien da sé la premura del proprietario di comprendere le cause dell'accaduto, sia dal punto di vista del cd. danno emergente rappresentato dal danno fisico del cavallo, sia dal cd. lucro cessante, ovvero l'impossibilità di partecipare alla gara. Il proprietario, al momento del controllo del box, ne notava le condizioni non ottimali, dovute sia da un manifesto pubblicitario legato ad una parete del box, che a causa delle raffiche di vento si muoveva e creava dei rumori fastidiosi per il cavallo ed un manto scivoloso al di sotto del truciolato.
Accortosi quindi della negligenza degli organizzatori il proprietario del cavallo avviava un'azione giudiziaria nei loro confronti per chiedere il risarcimento dei danni subiti.
La difesa degli organizzatori riteneva che loro fossero esenti da responsabilità e che i danni dovessero essere risarciti dal proprietario della struttura ospitante la gara, ovvero il Comune.
Nel corso del processo è emerso come l'associazione organizzatrice dell'evento abbia omesso di predisporre idonee e determinanti cautele in grado di evitare il sinistro, tra cui l'installazione di un pavimento antiscivolo nei box.
In conclusione, il Giudice ha ritenuto sussistente la responsabilità dell'organizzatore in quanto titolare di una posizione giuridica tale da impedire l'evento verificatosi.
L'associazione organizzatrice aveva - prudentemente - stipulato un'idonea polizza assicurativa che l'ha tenuta indenne da un ingente esborso economico.

# IO E IL MIO CAVALLO

Vi abbiamo chiesto attraverso i nostri social una foto con il vostro cavallo, la più votata è diventata la nostra copertina Facebook per il mese di dicembre.

## Ecco tutti i vincitori!

Greta e Esh

Martina e Ben-Hur

Andrea e Loky

*Il cavallo percorre veloce le strade e annuncia con i suoi zoccoli, che sfiorano la terra, l'appuntamento puntuale con il vento e la libertà.*

(Fabrizio Caramagna)

Valentina e Desirè

Chiara e Rodobello

Alessandra e Nadia

Matilde e Sisco

Claudio e Zoe

Maristella e Igor

Sparkling Bu Step e Am Shining Aristocrat

## RESTATE CONNESSI, CONTINUATE A CONDIVIDERE CON NOI

Connettetevi sulla nostra pagina Facebook o su Instagram e condividete con noi le vostre immagini più simpatiche, più sentite e perché no, anche una piccola storia del perché avete scelto quell'immagine! Le più significative saranno selezionate dalla redazione

# IO E IL MIO CAVALLO

Vi abbiamo chiesto attraverso i nostri social una foto con il vostro cavallo, la più votata è diventata la nostra copertina Facebook per il mese di gennaio.

## Ecco tutti i vincitori!

Damiano e Venere

Alice e Lil Major Wood

Luciana e Sofia

*Un cavallo può prestare al suo cavaliere la velocità e la forza di cui manca; ma il cavaliere assennato tiene ben presente che si tratta soltanto di un prestito.*

(Pam Brown)

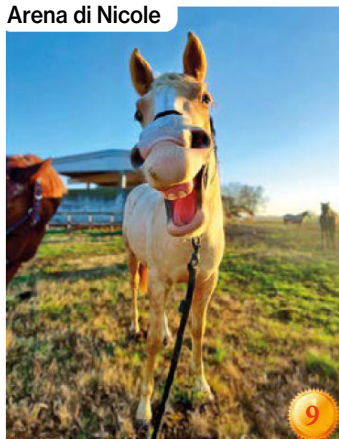
Daniele e Khaled

Michela ed Estio

Matilde e Sisco

Melanie e Vanessa

Francesca e Pablo

Arena di Nicole

Cesare e Lady Cambria

## RESTATE CONNESSI, CONTINUATE A CONDIVIDERE CON NOI

Connettetevi sulla nostra pagina Facebook o su Instagram e condividete con noi le vostre immagini più simpatiche, più sentite e perché no, anche una piccola storia del perché avete scelto quell'immagine! Le più significative saranno selezionate dalla redazione

**ilmiocavallo.it**

**ilmiocavallo_**

## Attrezzature - Cavalli - Varie

**Vendo Cap** unisex in velluto, omologato CE. Imbottitura morbida, visiera rigida. Indossato pochissimo. **Prezzo 30,00 euro. Tel. 339.6555028** Marialuisa Carli. Zona Polpenazze del Garda (Bs).

**Sella inglese** salto ostacoli mod. John Whitaker mis. 15 pollici con fodera coprisella ottime condizioni. **Prezzo 450,00 euro. Tel. 348-1820051 - p.langiu73@gmail.com**. Località Sedriano/Vittuone (MI)

**Vendo carrozza** fine 800 mod. Lando usata solo per matrimoni e tenuta con molta cura. Completamente originale, da vedere. **Prezzo dopo visione. Tel. 331.7096322** Sbabo Luciano. Zona Caldogno (VI)

## COME FARE L'INSERZIONE

Inviare un'e-mail all'indirizzo **info@ilmiocavallo.it**
con il testo descrittivo e una foto.
Nel testo deve essere indicato: il prezzo, i contatti (inserendo la località), telefono e indirizzo e-mail.
Non possono essere pubblicate due inserzioni della stessa persona.
Gli annunci saranno pubblicati sul primo numero raggiungibile.

## Van - Terreni - Immobili

Gli annunci relativi alla vendita di van, terreni e immobili sono a pagamento. Il costo per ogni annuncio è di **120 euro per i van** e di **50 euro per i terreni e gli immobili** e il pagamento deve essere effettuato tramite bonifico bancario a:

**CRÉDIT AGRICOLE ITALIA SPA**
**IBAN: IT 27I0623034040000015220689**
**intestato a SPREA SPA**

Gli annunci verranno pubblicati solo al ricevimento di copia del pagamento insieme al testo dell'inserzione e ai dati per la fatturazione (Nome, Cognome o Ragione Sociale, Telefono, Codice Fiscale o Partita Iva)

## ATTIVITÀ

Per pensionamento cedesi avviato **negozio di articoli per equitazione** situato a Trento e unico in provincia.
Locale di **400 mq in affitto**. Proprietario disponibile ad affiancare nel primo periodo.

**Michele Tel. 348.7048798**
**selleriaspeed@live.It**

## SCUDERIA

**MANEGGIO CON SCUDERIA E CAMPO ESTERNO**

Vendesi **terreno di 4700 m² totali con scuderia** (munita di bagno, 6 box e porticato), **tondino coperto** da 17 metri di diametro e **campo esterno** con superficie di 25x50 metri.
La località è in provincia di Bergamo, in Valle Brembana, nel Parco delle Orobie Bergamasche e in prossimità dell'aeroporto di Orio Al Serio.

**Paolo Locatelli - Località Piana, Carona (BG)**
**Tel. 335.6237922**

**Tutti gli annunci sono gratuiti e riservati ai privati ad eccezione di van, terreni e immobili**

# IL MIO CAVALLO

Bimestrale
www.ilmiocavallo.it
info@ilmiocavallo.it

**La Divisione Pet di Sprea edita anche:**
IL MIO CANE - GATTO MAGAZINE - ARGOS

**Cover:** Luca Patrian

Realizzazione editoriale a cura di: Sered S.r.l.
Grafica e impaginazione: Claudia Boara
Hanno collaborato: Ferruccio Badi, Marco Bellotti, Leonardo Dori, Massimo Garavini, Federico Gatti, Giulio Muceli, Tino Nicolosi, Elena Pecora, Bianca Puntoni, Emanuela Valle
Foto di: Adobe Stock, Marco Bergonzi, Elena Bennati, Octave Bernard, Paolo Biroldi, Emanuela Deliperi, Go World, Bob e Pam Langrish, Valeria Laureano, Raffaella Signori

**Sprea S.p.A.**
Sede Legale: Via Torino, 51 20063 - Cernusco Sul Naviglio (Mi) - Italia
PI 12770820152- Iscrizione camera Commercio 00746350149
Per informazioni, potete contattarci allo 02 87168197

CDA: Luca Sprea (Presidente), Alessandro Agnoli (Amministratore Delegato), Giulia Spreafico (Divisione digital), Stefano Pernarella

### ADVERTISING, SPECIAL PROJECTS & EVENTS
Segreteria: Emanuela Mapelli - Tel. 02 92432244- emanuelamapelli@sprea.it

### SERVIZIO QUALITÀ ED EDICOLANTI
Sonia Lancellotti, Luca Majocchi: Tel. 02 92432295
distribuzione@sprea.it 351 5582739

### ABBONAMENTI E ARRETRATI
**Abbonamenti:** si sottoscrivono on-line su www.sprea.it/ilmiocavallo
abbonamenti@sprea.it
Tel. 02 87168197 (lun-ven / 9:00-13:00 e 14:00-18:00)
**Il prezzo dell'abbonamento è calcolato in modo etico perché sia un servizio utile e non in concorrenza sleale con la distribuzione in edicola.**

**Arretrati:** si acquistano on-line su www.sprea.it/arretrati
abbonamenti@sprea.it
Tel: 02 87168197 (lun-ven / 9:00-13:00 e 14:00-18:00)
329 3922420

### FOREIGN RIGHTS
Paolo Cionti: Tel . 02 92432253 - paolocionti@sprea.it

### SERVIZI CENTRALIZZATI
Art director: Silvia Taietti
Grafici: Alessandro Bisquola, Nicole Bombelli, Tamara Bombelli, Nicolò Digiuni, Marcella Gavinelli, Luca Patrian
Coordinamento: Chiara Civilla, Tiziana Rosato, Roberta Tempesta, Silvia Vitali
Amministrazione: Erika Colombo (responsabile), Silvia Biolcati, Irene Citino, Desirée Conti, Sara Palestra- amministrazione@sprea.it
Ufficio Legale: Francesca Sigismondi

Il Mio Cavallo, pubblicazione mensile registrata presso il Tribunale di Milano il 24/09/1990 con il n. 591. ISSN 1121-3183
Autorizzazione ROC n° 6282 del 29/08/2001

**Direttore responsabile:** Luca Sprea

**Distributore per l'Italia:**
Press-Di Distribuzione stampa e multimedia S.r.l. 20090 Segrate

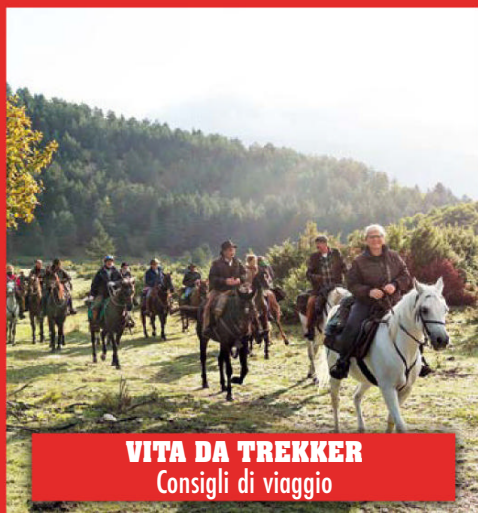
**Distributore per l'Estero:** SO.DI.P S.p.A. Via Bettola, 18 - 20092 Cinisello Balsamo (MI)
Tel. +390266030400 - Fax +390266030269 - sies@sodip.it - www.sodip.it

**Stampa:** Arti Grafiche Boccia S.p.A. - Via Tiberio Claudio Felice, 7 - 84131 Salerno

# IL MIO CAVALLO

**EQUITAZIONE AMERICANA**
La prima gara di reining

**MAGIA**
Figlio del deserto

**ABC INGLESE**
Tre trucchi per un buon assetto

**VITA DA TREKKER**
Consigli di viaggio

Il Mio Cavallo
racconta la vita con
i cavalli, la passione per
il loro mondo, alla ricerca
dell'unione perfetta.
Parla di amore
incondizionato, rispetto,
cura, conoscenza.

**VIAGGI**
Il Cammino di Santiago

**SBAGLIANDO SI IMPARA**
Allenamento? Sì ma quello giusto

**ALIMENTAZIONE**
La dieta del cavallo da endurance

**BENESSERE**
Davanti allo specchio